คัมภีร์ธรรมอมตะ

หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ

ตาย ก่อน ก่อน ตาย

ชีวิตที่ชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย

ตายก่อน ก่อนตาย
ชีวิตที่ชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย
หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ

คัมภีร์ธรรมอมตะ

หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ



ตายก่อน ก่อนตาย

ชีวิตที่ชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย

คำนำ

อันความจริง "ตัวกู" มิได้มี
แต่พอเผลอ มันเป็น "ผี" ขึ้นมาได้
พอหายเผลอ "ตัวกู" ก็หายไป
หมด "ตัวกู" เสียได้ เป็นเรื่องดี

สหายเอ๋ย จงถอนซึ่ง "ตัวกู"
และถอนทั้ง "ตัวสู" อย่างเต็มที่
มิกันแต่ ปัญญา และปราณี
หน้าที่ใคร ทำให้ดี เท่านี้เอย ฯ

หนังสือ **"ชุด คัมภีร์ธรรมอมตะ หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ ตายก่อน ก่อนตาย ชีวิตที่ชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย"** เล่มนี้ ธรรมสภา สถาบันบันลือธรรม จัดพิมพ์ขึ้นด้วยมุ่งหวังต้องการเผยแพร่ธรรมะคำสอนอันเป็นอุดมมงคลสู่พุทธศาสนิกชน เพื่อใช้เป็นแนวทางดำเนินชีวิตไปสู่ทิศทางที่ถูกต้องงดงาม ให้มีความรู้เท่าทันโลกและชีวิตด้วยปัญญาแห่งจักษุธรรม เข้าใจถึงความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ที่จะมาถึงตัวเราอย่างแน่แท้ โดยไม่ตื่นตระหนกจนขาดสติ

มนุษย์นั้นมีความเกิดเป็นของทุกคน และมีความตายเป็นของทุกคนเท่ากันไม่เว้น หากแต่ชีวิตที่อยู่ระหว่างเกิดกับตายนั้นเราจะใช้ให้มันก่อเกิดเป็นประโยชน์ หรือ สร้างโทษผลกรรมร้ายเข้าหาตัว ก็สุดแล้วแต่บุญกรรมที่ท่านเลือกจะหยิบมากำเอาไว้ในมือนั่นเอง ใครในโลกนี้ก็ไม่อาจบังคับให้ท่านทำดี หรือร้ายได้ เท่ากับตัวและใจของท่านที่เลือกจะทำเอง...

ธรรมสภาขอกราบขอบพระคุณแด่ท่านสาธุชนทั้งหลาย ที่มีจิตเป็นกุศลร่วมอนุโมทนาในการจัดพิมพ์หนังสือ **"ชุดคัมภีร์ธรรมอมตะ หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ ตายก่อน ก่อนตาย ชีวิตที่ชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย"** ของ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) ออกเผยแพร่สู่พุทธบริษัททั้งหลาย บุญกุศลอันเกิดจากการกระทำในครั้งนี้ ขอน้อมถวายแด่เหล่าพระเถราจารย์ ผู้ส่งต่อธรรมะแก่ชาวโลก รวมถึงท่านสาธุชนผู้มีใจใฝ่ธรรม ผู้มีวิชาและจรณะอันประกอบไปด้วยธรรมะของพระบรมศาสดา ขอให้ท่านทั้งหลายเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ ตราบเข้าถึงพระนิพพานเทอญ

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข

สารบัญ

คัมภีร์ธรรมอมตะ

หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ

ตายก่อน ก่อนตาย

ชีวิตที่เอาชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย



ท่านสาธุชนผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย

ธรรมเทศนาที่ยังเป็นเพียงคำสอนอยู่นั้น ยังช่วยใครไม่ได้ ถ้าเมื่อใดคำสั่งสอนนั้น ๆ มีผู้เห็นด้วย แล้วพากันทำตาม เมื่อนั้นคำสั่งสอนเหล่านั้นก็จะกลายรูปเป็นองค์พระธรรม ซึ่งสามารถคุ้มครองผู้เห็นจริง แล้วปฏิบัติตามได้ เหมือนเครื่องกั้นฝนใหญ่ๆ ช่วยคุ้มฝนให้ในฤดูฝน.........

๑

ความดับไม่เหลือ

เรื่องความดับไม่เหลือนั้น มีวิธีปฏิบัติเป็น ๒ ชนิด

คือ ตามปกติขอให้มีความดับไม่เหลือแห่งความรู้สึกยึดถือ "ตัวกู" หรือ "ของกู" อยู่เป็นประจำ นี้อย่างหนึ่ง

อีกอย่างหนึ่ง หมายถึง เมื่อร่างกายจะต้องแตกดับไปจริง ๆ ขอให้ปล่อยทั้งหมด รวมทั้งร่างกาย ชีวิต จิตใจ ให้ดับเป็นครั้งสุดท้าย ไม่มีเชื้ออะไรเหลืออยู่ หวังอยู่สำหรับการเกิดมีตัวเราอีก

ฉะนั้น ตามปกติประจำวันก็ใช้อย่างแรก เมื่อถึงคราวจะแตกดับทางร่างกายก็ใช้อย่างหลัง...

๒

สำรวมจิตเป็นสมาธิ

วิธีปฏิบัติอย่างที่ ๑ ที่ให้ทำเป็นประจำวันนั้น

หมายความว่า มีเวลาว่างสำหรับทำจิตใจเมื่อไร ก่อนนอนก็ดี ตื่นนอนใหม่ก็ดี ให้สำรวมจิตเป็นสมาธิ ด้วยการกำหนดลมหายใจ (หรืออะไรก็แล้วแต่ถนัด) พอสมควรก่อน แล้วจึงพิจารณาให้เห็นความที่สิ่งทั้งหลายทั้งปวงทุก ๆ สิ่ง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเรา หรือเป็นของเราแม้แต่สักอย่างเดียว เป็นเรื่องอาศัยกันไปในการเวียนว่ายตายเกิดเท่านั้นเอง ยึดมั่นในสิ่งใดเข้าก็เป็นต้องทุกข์ทันทีและทุกสิ่ง...

๓

การเวียนว่ายตายเกิดเป็นทุกข์

การเวียนว่ายตายเกิดนั้นเล่า ก็คือการทนทุกข์ทรมาน

เกิดทุกที เป็นทุกข์ทุกที เกิดทุกชนิด เป็นทุกข์ทุกชนิด ไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไรก็เป็นทุกข์ไปตามแบบของการเกิดเป็นอย่างนั้น เกิดเป็นแม่ ก็ทุกข์อย่างแม่ เกิดเป็นลูก ก็ทุกข์อย่างลูก เกิดเป็นคนรวย ก็ทุกข์อย่างคนรวย เกิดเป็นคนจน ก็ทุกข์อย่างคนจน เกิดเป็นคนดี ก็ทุกข์อย่างคนดี เกิดเป็นคนชั่ว ก็ทุกข์อย่างคนชั่ว เกิดเป็นคนมีบุญ ก็ทุกข์ไปตามประสาคนมีบุญ เกิดเป็นคนมีบาป ก็ทุกข์ไปตามประสาคนมีบาป ฉะนั้นสู้ไม่เกิดเป็นอะไรเลย คือ “ดับไม่เหลือ” ไม่ได้...

๔

การเกิดแห่งจิตเป็นทุกข์

แต่ทีนี้ สำหรับการเกิด หรือคำว่า "เกิด" นั้น

อย่าหมายเพียงการเกิดจากท้องแม่ ที่แท้มันหมายถึงการเกิดของจิต คือของความรู้สึกที่รู้สึกขึ้นมาคราวหนึ่งๆ ว่ากูเป็นอะไร เช่น เป็นแม่ เป็นลูก เป็นคนจน เป็นคนมี คนสวย คนไม่สวย คนมีบุญ คนมีบาป เป็นต้น ซึ่งนี่แหละเรียกว่าความยึดถือหรืออุปาทาน ว่า "ตัวกู" เป็นอย่างไร "ของกู" เป็นอย่างไร ตัวกูหรือของกูอย่างที่กล่าวนี้ เรียกว่าอุปาทาน มันเกิดจากท้องแม่ของมัน คือ อวิชชา มันเกิดวันหนึ่งไม่รู้กี่สิบครั้งกี่ร้อยครั้ง หรือไม่รู้กี่ชาตินั้นเอง เกิดทุกคราวเป็นทุกข์ทุกคราว อย่างไม่มีทางที่จะหลีกเลี่ยง...

๕

“ตัวกู” โผล่ ทุกข์ทันที

ทุกคราวที่ตาเห็นรูป หรือหูได้ยินเสียง หรือจมูกได้กลิ่น หรือลิ้นได้รส หรือกายได้สัมผัสผิวหนัง หรือจิตมันปรุงเรื่องเก่าๆ เป็นความคิดเป็นเรื่องเป็นราวขึ้นมาเองก็ตาม ถ้าควบคุมไว้ไม่ดีแล้ว “ตัวกู” เป็นได้โผล่หรือเกิดขึ้นมาทันที และต้องทุกข์ทันทีที่ตัวกูโผล่ขึ้นมา

ฉะนั้น จงระวัง อย่าเผลอให้ “ตัวกู” โผล่หัวออกมาจากท้องแม่ของมันเป็นอันขาด เพียงแต่ตาเห็นรูปหรือหูได้ยินเสียง เป็นต้น แล้วเกิดสติปัญญารู้ว่าควรจัดการอย่างไร ก็จัดไปหรือนิ่งเสียก็ได้ อย่างนี้ไม่เป็นไร....

๖

ฆ่าอวิชชาด้วยปัญญา

การ "ดับไม่เหลือ" ในที่นี้ก็คือ...

อย่าให้ตัวกูดังกล่าวนั้นเกิดขึ้นมาได้นั่นเอง เมื่อแม่ของมันคืออวิชชา ก็ให้ฆ่าแม่ของมันเสียด้วยวิชชาหรือปัญญาที่รู้ว่า "ไม่มีอะไรควรยึดมั่นถือมั่น" นั่นเอง หรืออีกอย่างหนึ่งก็ว่ามันเกิดได้เพราะเราเผลอสติ ฉะนั้น เราอย่าเผลอสติเป็นอันขาด

ถ้าเป็นคนขี้มักเผลอสติ ก็จงแก้ด้วยความเป็นผู้รู้จักอาย รู้จักกลัวเสียบ้าง โดยอายว่า การที่ปล่อยให้เป็นอย่างนั้น ๆ มันเป็นคนสารเลว ยิ่งกว่าไพร่หรือขี้ข้าสกุลเสียอีก ไม่สมควรแก่เราเลย

๗

กำกับสติด้วยความเกรงกลัว

ที่ว่ารู้จักกลัวเสียบ้างนั้น...

หมายความว่า มันไม่มีอะไรที่น่ากลัวไปกว่าความเกิดชนิดนี้แล้ว มันยิ่งกว่าตกนรกหรืออะไรทั้งหมด เกิดขึ้นมาทีไรเป็นสูญคนเสียคน ไม่มีอะไรเหลือ เมื่อมีความอายและความกลัวอย่างนี้บ่อยๆ แล้ว สติมันจะไม่กล้าเผลอของมันเอง การปฏิบัติก็จะดีขึ้นเป็นลำดับ จะเป็นผู้ที่มีการ "ดับไม่เหลือ" อยู่เป็นประจำ...

ทุกค่ำเช้าเข้านอน ต้องมีการคิดบัญชีเรื่องการดับไม่เหลือนี้ให้รู้รายรับรายจ่ายไว้เสมอไป ข้อนี้มีอานิสงส์สูงไปกว่าการไหว้พระสวดมนต์ หรือทำสมาธิเฉย ๆ...

๘

เป็นอยู่ด้วยความดับไม่เหลือ

สรุปความว่า...

ทุกค่ำเช้าก่อนเข้านอน ต้องทำความแจ่มแจ้งเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น ให้แจ่มกระจ่างอยู่เสมอจนเคยชินเป็นนิสัย มีสติและปัญญากำกับ อย่าให้อุปาทานว่า “ตัวกู” หรือ “ของกู” เกิดขึ้นมาได้เลยในทุกๆ กรณี ทั้งกลางวัน กลางคืน ทั้งตื่นและหลับ นี้เรียกว่าเป็นอยู่ด้วยความดับไม่เหลือ หรือความไม่มีตัวตน มีแต่ธรรมะอยู่ในจิตที่ว่างจากตัวตนอยู่เสมอไป

ในการบริหารใจเช่นนี้ก็เช่นเดียวกับเราบริหารกายอยู่ตลอดเวลานั้นเหมือนกัน ให้ทั้งกายและใจได้รับการบริหารที่ถูกต้องคู่กันไปดังนี้ ในทุกกรณีที่ทำอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก เป็นอยู่ด้วยปัญญาจักไม่มีความผิดพลาดเลย...

๙

ให้ปัญญากระจ่างแจ้งขณะจะดับจิต

ทีนี้ก็มาถึงวิธีปฏิบัติที่ ๒

คือในเวลาจวนเจียนจะดับจิตนั้น อยากจะกล่าวว่ามันง่ายเหมือนตกกระไดแล้วพลอยกระโจน มันยากอยู่ตรงที่ไม่กล้าพลอยกระโจน ไหนๆ ก็เมื่อร่างกายนี้มันอยู่ต่อไปอีกไม่ได้แล้ว จิตหรือเจ้าของบ้านก็พลอยกระโจนตามไปเสียด้วยก็แล้วกัน ให้ปัญญามันกระจ่างแจ้งขึ้นมาในขณะนั้นว่า ไม่มีอะไรที่น่าจะกลับมาเกิดใหม่เพื่อเอา เพื่อเป็น เพื่อหวัง อะไรอย่างใดต่อไปอีก หยุด สิ้นสุด ปิดฉากสุดท้ายกันเสียที เพราะไปแตะเข้าที่ไหนมีแต่ทุกข์ทั้งนั้น

๑๐

อย่ายึดมั่นตัวตนด้วยความเขลา

ถ้าป่วยด้วยโรคอัมพาต...และต้องดับด้วยโรคนั้น

ก็ให้ถือว่า ตัวเราสิ้นสุดไปตั้งแต่ขณะที่โรคนั้นทำให้หมดความรู้สึกนั้นแล้ว ที่เหลือนอนตาปริบๆ อยู่นี้ ไม่มีความหมายอะไร ทั้งนี้เพราะว่าจิตของเราได้สมัครน้อมไปเพื่อความดับไม่เหลือเสร็จสิ้นแล้วตั้งแต่ก่อนล้มเจ็บเป็นอัมพาต หรือตั้งแต่ความรู้สึกยังดี ๆ อยู่ในการเป็นอัมพาตตลอดเวลาที่มีความรู้สึก ครั้นหมดความรู้สึกแล้ว มันก็หามีตัวตนอะไรที่เป็นตัวกูหรือของกูที่ไหนไม่ อย่าได้คิดเผื่อให้มากไปด้วยความเขลาของตัวเองเลย...

๑๑

ดับหมดแล้วก่อนตาย

เมื่อยังดีๆอยู่นี่แหละ...

รีบทำความดับไม่เหลือเสียให้สมบูรณ์ด้วยสติปัญญาเถิด มันจะรับประกันได้ไปถึงเมื่อเจ็บ แม้ในกรณีที่เป็นโรคอัมพาตดังกล่าวแล้ว ไม่มีทางที่จะพ่ายแพ้ หรือเสียท่าเสียทีแก่ความเจ็บแต่ประการใดเลย เพราะเราทำลาย "ตัวกู" ให้หมดความเกิดเสียแล้วตั้งแต่เมื่อร่างกายยังสบายๆ อยู่นั่นเอง

นี้เรียกว่า ดับหมดแล้วก่อนตาย...

๑๒

จิตที่มีปัญญาจักไม่ยึดมั่นถือมั่น

สรุปความในที่สุด วิธีปฏิบัติทั้ง ๒ ชนิดนี้ ก็คือ

จงมีจิตที่มีปัญญาแท้จริง มองเห็นอยู่ว่าไม่มีอะไรที่ควรยึดมั่นถือมั่นแม้แต่สักสิ่งเดียว

ในจิตที่ว่างจากความยึดมั่นถือมั่นโดยสิ้นเชิงอย่างนี้แหละ ไม่มี "ตัวกู" หรือ "ของกู" มีแต่ธรรมะที่เป็นความหลุดพ้นอย่างสมบูรณ์ ซึ่งเราจะสมมติเรียกว่าพระรัตนตรัย หรือมรรค ผล นิพพาน หรืออะไรที่เป็นยอดปรารถนาของคนยึดมั่นถือมั่นนั้นได้ทุกอย่าง แต่เราไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทานในสิ่งเหล่านั้นเลย จึงดับไม่เหลือ หรือนิพพานได้สมชื่อ "นิ" แปลว่า ไม่เหลือ "พาน" แปลว่า ไป หรือดับ "นิพพาน" จึงแปลว่า ดับไม่เหลือ เป็นสิ่งที่มีลักษณะ ความหมาย การปฏิบัติ และอานิสงส์ อย่างที่กล่าวมานี้แล้ว...

๑๓

ความตาย...จุดรวมของความกลัว

ความตายก่อความกลัวใหญ่หลวงแก่คนธรรมดาสามัญ เป็นจุดรวมของความกลัวทุกชนิด เช่น กลัวสัตว์ร้าย กลัวผี กลัวโรคภัยไข้เจ็บ ถ้าไม่กลัวตายเสียอย่างเดียวเท่านั้น คนเราก็แทบจะไม่กลัวอะไรเลย และจะเป็นอยู่ด้วยจิตใจที่แสนจะสงบเย็น

เพราะฉะนั้น การทำให้ความตายกลายเป็นสิ่งที่ไม่มีความหมาย จึงย่อมเป็นสิ่งที่น่าสนใจอย่างยิ่ง ถ้าใครทำได้ถึงที่สุด ก็จะทำให้ชีวิตนี้มีแต่กำไร ไม่มีทางขาดทุนเลย ผู้ที่รู้สึกว่า "ความตายไม่มี" นั้น นับว่าเป็นคนมีบุญอย่างสูงสุดแล้ว เราจะทำอย่างไรความตายจึงจะไม่มี หรือมีค่าเท่ากับไม่มีสำหรับเรา...

๑๔

มูลเหตุให้รู้สึกว่า "ความตายไม่มี"

การรู้สึกว่า ความตายไม่มีความหมายนั้น อาจจะมีได้จากเหตุต่างๆ กัน แต่ก็ล้วนทำให้ไม่มีทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ทั้งนี้ย่อมแล้วแต่ว่า มูลเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกอันนั้นมีอะไรเป็นมูลฐานที่แท้จริง คือ มาจากสัมมาทิฏฐิ (เห็นถูก) หรือมิจฉาทิฏฐิ (เห็นผิด) และแม้ว่าจะมีมูลมาจากสัมมาทิฏฐิแล้วก็ตาม ก็ยังมีความเห็นถูก ตื้น ลึก หนา บาง สูง ต่ำ กว่ากันเป็นระดับๆไป อยู่นั่นเอง...

๑๕

มัวเมาด้วยมิจฉาทิฏฐิ

โจรใจฉกาจ หรือสัตว์ที่กำลังเมามันด้วยโทสะหรือราคะ ย่อมไม่กลัวตาย และจะตายลงไปอย่างไม่มีทุกข์ใจล่วงหน้า ข้อนี้เองจึงเป็นการง่ายที่แม่ทัพนายกองจะปลุกใจทหารของตนไม่ให้กลัวตายได้ ด้วยราคะหรือโลภะ ในการที่จะปล้นเอาสตรีมาเป็นของตน ด้วยความเห็นแก่ลาภผล หรือประโยชน์ของประเทศชาติ หรือด้วยการหลงในเกียรติของทหาร ปลุกด้วยโทสะก็คือจี้ให้ความโกรธแค้นอาฆาตพลุ่งขึ้นมาจนถึงจุดเดือด ปลุกด้วยโมหะก็โดยให้มัวเมาเชื่อมั่นในลัทธิบางอย่าง อันล้วนเป็นเรื่องของกิเลสหรือมิจฉาทิฏฐิ (ความเห็นผิด)...

๑๖

ความเชื่อในเรื่องความตาย

แม้สัมมาทิฏฐิที่ยังเป็นโลกิยะ

เช่น การเชื่อในเรื่องกรรมว่า บุญมี บาปมี ชั่วมี ดีมี นรกมี สวรรค์มี ฯลฯ ก็สามารถทำให้เกิดความแน่ใจว่าตนเป็นคนได้ทำสิ่งต่างๆ มาดีแล้ว สำหรับต่อสู้กับความตาย หรือการไปสู่ปรโลก ความกลัวความตายของเขาก็จะน้อยลง หรืออาจไม่กลัวตายได้เหมือนกัน เพราะเขาเชื่อว่าความตายเป็นเพียงการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นไปกว่าเดิม อันดีกว่าที่จะทรมานอยู่ในร่างอันคร่ำคร่า หรือเจ็บป่วยอย่างน่าทุเรศนี้เป็นไหนๆ ตลอดเวลาที่ผลกรรมหรือบุญบาปยังมีอยู่ เขาก็คงเวียนว่ายตายเกิดอย่างไม่มีที่สิ้นสุด จึงมีโอกาสที่จะทำให้ดีหรือให้สูงยิ่งขึ้นไป โดยอาศัยร่างกายใหม่ที่ดีกว่า...

๑๗

จิตเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพแวดล้อม

ความจริงนั้น จิตเป็นสิ่งที่ไม่มีตัวตนถาวร

มันเปลี่ยนไปตามสิ่งแวดล้อม สิ่งแวดล้อมก็ไม่มีอะไรมากไปกว่าความคิด ความรู้ และความเชื่อที่ได้รับมาทุกๆวัน สิ่งแวดล้อมเหล่านี้เอง ที่นำจิตใจไปสู่ความเป็นมิจฉาทิฏฐิ หรือสัมมาทิฏฐิในระดับต่างๆ กัน สัมมาทิฏฐิ (ความเห็นถูก) ก็เป็นทางทำจิตให้ประสบความราบรื่น มิจฉาทิฏฐิ (ความเห็นผิด) ก็ทำให้เกิดความระส่ำระสาย หรือบ้าบิ่น การที่โลกของเรากำลังวุ่นวาย ก็เพราะการเห็นผิดเป็นชอบนั่นเอง...

๑๘

"สุญญตา" ความว่างจากตัวตน

สิ่งที่สามารถทำจิตให้ไม่กลัวความตายเด็ดขาดจริงๆนั้น ต้องเป็นเรื่องสัจจธรรม หรือปรมัตถธรรมโดยตรง และถึงขั้นที่สุดด้วย ฉะนั้น จึงตกเป็นหน้าที่ของสัมมาทิฏฐิ ชั้นที่เป็นโลกุตตรปัญญา ที่สามารถมองเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือ เห็นสุญญตา (ความว่าง) ได้อย่างชัดแจ้ง การเห็นอนัตตาของกายและใจ จะทำให้เห็นความไม่มี "ตัวตน" ที่ถาวร มีแต่นามธรรม (=จิตใจ) อันเป็นธรรมชาติคู่กับรูปธรรม (=ร่างกาย) ซึ่งก็ไม่มีตัวตนอันแท้จริงเหมือนกัน ชีวิตจึงเป็นเพียงกระแสของธรรมชาติอย่างหนึ่ง ที่ไหลเรื่อยไปจนกว่าจะหมดเหตุหมดปัจจัย

๑๙

จิตที่มองเห็นสุญญตาอย่างถูกต้อง

การเห็นสุญญตา กล่าวคือ การเห็นนามและรูป หรือสิ่งทั้งปวงว่าเป็นของว่างจากตัวตนโดยสิ้นเชิง จะทำให้เห็นความไม่มีการเกิดของอะไรๆ ทั้งสิ้น ไม่มีใครเกิดมาเสียตั้งแต่แรก แล้วจะมีใครตายได้อย่างไร เพราะฉะนั้น ความตายจึงไม่มี

การเห็นสุญญตาทำให้ไม่มีตัวคนเรา หรือตัวตนของใครเลย มีแต่ "สุทฺธธมฺมา ปวตฺตนฺติ ธรรมชาติล้วนๆ ไหลไป" จิตไม่มีความรู้สึกยึดว่า เราเกิดขึ้น เรามีอยู่ เราดับไป ฉะนั้น ความตายจึงไม่มีสำหรับจิตที่มองเห็นสุญญตาอย่างถูกต้อง...

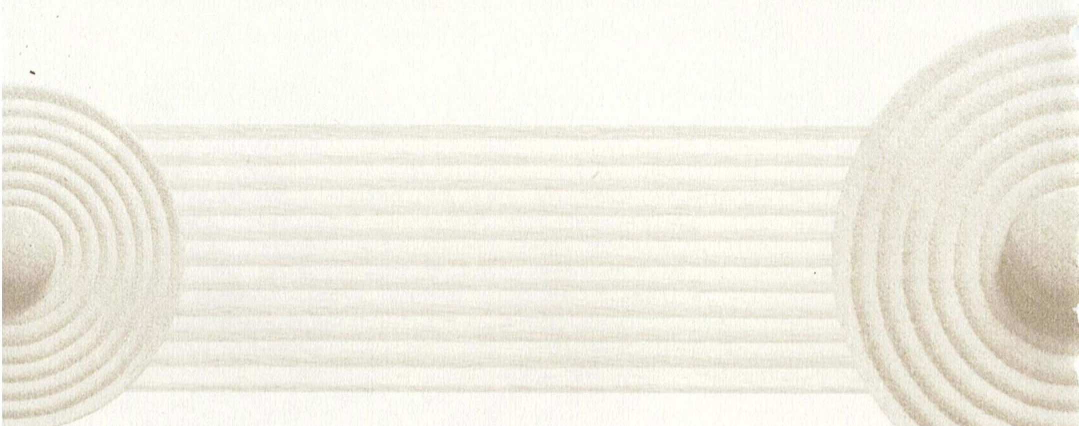
๒๐

ความเกิด ความตาย มีได้ตลอดเวลา

ทำไมจึงต้องใช้คำว่า "อย่างถูกต้อง"

ทั้งนี้ก็เพราะเหตุว่าสุญญตาที่ไม่ถูกต้องคือที่เป็นมิจฉาทิฏฐิ ไม่ตรงตามหลักพุทธศาสนานั้นมีอยู่ บางศาสนาถือว่าจิตเป็น "สิ่งอมตะ" คือไม่รู้จักตาย ตายแต่ร่างกาย แล้วจิตไปหาร่างกายใหม่ ลัทธิเช่นนี้ไม่ใช่พุทธศาสนา และขัดต่อหลักที่ว่า มีแต่การเกิดและการตั้งอยู่แล้ว จะให้มันไม่มีการดับหรือการตาย มันจึงน่าขบขัน จิตก็เวียนไปในวงของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป จนกว่าจะหมดเหตุหมดปัจจัย และตลอดเวลาเวียนวนนั้น ไม่มี "ตัวเรา" สักขณะเดียว เมื่อเห็นความไม่มีตัวเราอย่างนี้แล้ว ถึงจิตจะดับหรือกายจะสลายไป ความตายก็เป็นสิ่งที่ไม่มีความหมาย เพราะการตายเป็นเรื่องคู่กับสิ่งสมมติที่เรียกว่า "ตัวเรา" ต่างหาก...

สิ่งปรุงแต่ง ทั้งหลาย ไม่เที่ยงหนอ
มันเกิดก่อ ตามหน้าที่ มิสังขาร
แล้วก็ดับ เป็นธรรมดา ตามอาการ
ไม่อยู่นาน มันเป็น เช่นนี้แล



๒๑

ธรรมชาติเท่านั้นเป็นอมตะ

สำหรับ "สิ่งอมตะ" นั้น หาใช่จิตไม่

มันเป็นธรรมชาติที่จะมองเห็นได้ ก็ต่อเมื่อจิตหมดความรู้สึกว่า มี "ตัวเรา" แล้วจริงๆ เท่านั้น เพราะมองเห็นธรรมนี้เอง จึงรู้ว่าจิตไม่ใช่ตัวของจิตหรือของใคร เป็นเพียงธรรมชาติฝ่ายนามที่ไหลเวียน ส่วน "สิ่งอมตะ" เป็นธรรมชาติฝ่ายที่ไม่ไหลเวียน ในพุทธศาสนาจึงไม่มี "จิตอมตะ" จะมีได้ก็แต่เพียงจิตชั่วคราวที่รู้แจ้งซึ่งเป็นอมตะ แล้วตัวจิตเองก็ไม่ใช่เป็นตัวเรา เพราะจิตเป็นเพียงธรรมชาติเหมือนกับสิ่งทั้งหลายทั้งปวง จิตที่ลุถึงความรู้อันสูงสุดเช่นนี้ ย่อมรู้ว่า "ความเกิด ความตาย ไม่มี" และ แถมยังรู้จัก "สิ่งที่ไม่ตาย" อีกด้วย...

๒๒

ความตายดับเพราะหมดอุปาทาน

เรื่องนี้คงต้องทบทวนกันหลายๆหน

หรือถึงกับทบทวนเรื่อยๆไป จนกว่าจะเห็นว่า “ความเกิด ความตาย ไม่มี” โดยแท้จริง ทั้งนี้เพราะความไม่กลัวตายนั้น มีอยู่หลายระดับ มันมาจากความบ้าเลือดก็ได้ มาจากมิจฉาทิฏฐิ และมาจากสัมมาทิฏฐิชั้นโลกิยะ หรือโลกุตตระก็ได้ แล้วแต่กรณี และให้ผลตื้นลึกหนาบางต่างๆกัน ความตายจะไม่มีต่อเมื่อความเกิดไม่มี ความเกิดไม่มีก็เมื่อตัวเราไม่มี ถ้าผิดจากหลักอันนี้แล้วก็เป็นเพียงความเข้าใจที่ได้มาจากมิจฉาทิฏฐิ หาใช่ “ความตายไม่มี” อย่างแท้จริงไม่ และยังไม่อาจดับทุกข์ได้เด็ดขาด ความรู้สึกเข้าใจผิดว่ามี “ตัวเรา” จึงก่อ “ความเกิด” “ความเกิด” ก็ก่อ “ความตาย” หมดอุปาทานว่า มี “ตัวเรา” เท่านั้น ความตายจึงจะไม่มี...

๒๓

ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที

ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที

คำว่า "ตาย" นี้เป็นคำที่มีความหมาย หรือวิธีพูดที่กำกวมที่อาจจะเกิดความสับสนแก่คนที่ยังไม่คุ้นเคยกับการพูดด้วยโวหารเช่นนี้ โดยที่ทั่วไป คนก็ได้ยินได้ฟังอยู่ว่า การปฏิบัติธรรมะนี้ปฏิบัติเพื่อความไม่ตาย ไม่ตายตลอดกาล เรียกว่าอมตะ ทำไมบัดนี้จึงมาบอกให้ปฏิบัติเพื่อตาย และก็ตายเสร็จสิ้นตั้งแต่หัวทีอีกด้วย ซึ่งก็หมายความว่าตายตลอดกาลเหมือนกัน ไม่ตายตลอดกาล กับตายตลอดกาล มันจะเป็นเรื่องเดียวกันอย่างไรได้ คงจะเกิดความสับสนฉงนแก่ผู้ที่ไม่เคยฟัง...

๒๔

ภาษาคน ภาษาธรรม

ในชั้นแรก จะต้องเข้าใจเสียก่อนว่ามันเป็นสำนวนพูด

เป็นโวหารพูดทางศาสนา ทางธรรมะชั้นสูง แล้วแต่ว่าจะเล็งไปในแง่ไหน ที่พูดว่า "ไม่ตาย" นั้นเป็นภาษาคนมากกว่า ถ้า "ฉันอยู่" เหลืออยู่แล้วก็ไม่รู้จักตายอีกต่อไป อย่างนี้เป็นภาษาคนที่พูดชนิดที่เข้าใจง่าย และคนก็รู้จักนึกคิดอย่างนี้มาก่อนตั้งแต่ทีแรกว่า ต้องการจะไม่ตาย ต้องการจะมีอยู่อย่างไม่รู้จักตาย นี่เป็นภาษาธรรมดากว่าที่จะพูดว่าตายเสร็จสิ้นไปเลย ไม่มีอะไรเหลืออยู่

เราจะต้องรู้จักเปรียบเทียบคำว่า "ตาย" กับคำว่า "นิพพาน" เพราะนิพพานแปลว่าดับไม่เหลือ ดับไม่เหลือแห่งความทุกข์ความร้อน ก็คือเย็นสนิท...

๒๕

ดับไม่เหลือซึ่ง ตัวกู-ของกู

"ดับไม่เหลือ"

มีความหมายเป็นตายมากกว่าที่จะไม่ตาย แต่แล้วก็เข้าใจผิด ว่าตายนี้เราไม่ชอบ เราก็ไม่อยากตาย

ฉะนั้น คำว่าตายในที่นี้ หมายถึงตายอีกชนิดหนึ่ง คือ ตายโดยที่ร่างกายไม่ต้องตาย ชีวิตยังไม่แตกดับแต่ก็ตาย หมายถึงตายอีกชนิดหนึ่ง คือตายโดยที่ร่างกายไม่ต้องตา ย ชีวิตยังไม่แตกดับแต่ก็ตาย หมายถึง ตัวกู ของกู ตายหมด...

๒๖

นิพพานอยู่ที่ตายเสียก่อนตาย

ในคำโบราณที่พูดไว้ว่า

"นิพพานนั้นคือตายเสียก่อนตาย หรือตายเสียก่อนแต่ร่างกายตาย" นี้อะไรตาย? ก็คือกิเลสที่เป็นเหตุให้รู้สึกว่ามีตัวกู ของกู นั่นแหละตาย กิเลสนี้ต้องตายเสร็จก่อนร่างกายตาย จึงจะเรียกว่า นิพพาน นี่ก็เป็นสิ่งที่ควรจดจำไว้ด้วยว่า ดีอยู่ที่ละ พระอยู่ที่จริง นิพพานอยู่ที่ตายเสียก่อนตาย เพียงเท่านี้ก็จะทำให้เห็นว่ามีการพูดที่สับสน คราวหนึ่งคนหนึ่งสอนว่า ให้ตายเสียก่อนตาย คราวหนึ่งมีผู้ที่สอนว่า จงทำให้ไม่รู้จักตาย ที่แท้มันเป็นคำพูดที่ถูกด้วยกันทั้งนั้น เพราะมีความหมายมุ่งไปอย่างหนึ่งๆ รวมความแล้วคือดับตัวกู ของกู เสียได้ ไม่มีความยึดมั่นตัวกู ของกู เหลืออยู่นั่นแหละคือใจความของการปฏิบัติ ดับตัวกูเสียได้คือตาย ฆ่าตัวกูทำลายตัวกูให้หมดเสีย อย่างนี้เรียกว่าทำให้มันตายไปเสีย...

๒๗

นิพพานคือธรรมชาติที่ไม่รู้จักตาย

ทีนี้ไม่ตาย ก็หมายความว่า ตัวกู ของกู ไม่มีแล้ว

ก็เหลืออยู่แต่ธรรมะที่บริสุทธิ์ ธรรมชาติที่บริสุทธิ์ ที่ไม่รู้จักตายคือนิพพาน คือธรรมชาติที่ไม่รู้จักตาย เข้าใจเสียให้ดีจะได้ไม่มีอะไรกีดขวางกัน พูดว่าจงตายเสียให้เสร็จสิ้นในตัวเสียแต่ทีแรก ก็หมายความว่า อย่ามีความรู้สึกว่าตัวกู ของกู มาเสียแต่ทีแรก ให้ตลอดเวลาไปเลย นี้เรียกว่า ตัวกู ของกู มันตาย ไม่มีส่วนเหลือตั้งแต่ทีแรก หรือตลอดเวลา...

๒๘

สังสารวัฏอยู่ที่ตัวกู-ของกู

ถ้าตัวกู ของกู มันตายเสียแล้วตั้งแต่ทีแรก

ก็เหลืออยู่แต่ธรรมชาติที่บริสุทธิ์ ปรากฏออกมาแก่ความรู้สึก เป็นธรรมชาติที่ไม่รู้จักตาย เพราะมันไม่มีตัวกู ของกู มันจึงไม่รู้จักเกิด ไม่รู้จักแก่ ไม่รู้จักเจ็บ ไม่รู้จักตาย เพราะว่าความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อะไรเหล่านี้มันอยู่ที่ตัวกู ของกูทั้งนั้น จริงอยู่ที่สังขารที่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าตัวกู และตัวกูเกิดแก่เจ็บตาย ทีนี้ถ้าเราไม่ยึดถือว่าสังขาร ว่าเป็นตัวกู ของกู มันก็เป็นการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ ไม่เรียกว่าเกิด แก่ เจ็บ ตาย เพราะว่าเอาความหมายคำว่าตัวกู ของกู ออกไปเสีย ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็สูญเสียความหมายไปด้วย เรียกว่า ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย นี่มันผลัดกันพูดคนละทีหรือคนละแนวอย่างนี้

ระวัง อย่าให้สับสนสำหรับคำพูดเพียงคำเดียวว่า “ตาย” กับคำว่า “ไม่ตาย”...

๒๙

มนุษย์ล้วนแสวงหาความไม่ตาย

ขอให้รู้ไว้โดยประวัติว่า

คนแสวงหาความไม่ตายกันมาตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าเกิด พระพุทธเจ้าก็ออกแสวงหาความไม่ตายเหมือนกัน คือ ออกบวช คนพูดถึงความไม่ตายมาตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าเกิด แล้วก็มีความรู้สึกเอาเองตามความสำนึก เพราะว่าเบื่อความตาย เกลียดความตาย ยิ่งรู้ว่าตายแล้วตายอีก ๆ เวียนว่ายไปในวัฏฏสงสารอย่างนี้ มันก็ยิ่งเกลียดความตาย นี่ก็เลยต้องการจะมีความไม่ตาย จะทำอย่างไรหนอจึงจะไม่ตาย ? เที่ยวหาเที่ยวค้นกันอยู่อย่างนี้ตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าเกิดขึ้น นานอยู่เหมือนกัน คงจะหลายร้อยปี...

๓๐

ความไม่ตายของพระพุทธองค์

อีกอย่างหนึ่ง ก็มีเรื่องทางโลกๆ เขาว่า

มียาที่กินเข้าไปแล้วไม่รู้จักตาย หรือพวกเทวดามีน้ำดื่มชนิดที่ดื่มไปแล้วไม่รู้จักตาย นี่มันก็แว่วอยู่ในหู คนก็อยากจะไม่ตายในทำนองนั้น ที่เป็นเรื่องโลกจัดก็คือว่า ต้องการจะให้ใครฆ่าไม่ตายใครๆ ก็หาวิธีที่ไม่รู้จักตายแบบนี้ ที่เป็นธรรมะก็ต้องการจะไม่เกิดไม่ตายต่อๆไป ซึ่งก็เรียกว่าต้องการความไม่ตายด้วยกันทั้งนั้น ก็ค้นพบสิ่งที่เชื่อกันว่าไม่ตายนี้มาตามลำดับๆ แล้วมันไม่ถูกไม่จริงกันถึงที่สุด จนกระทั่งพระพุทธเจ้าเกิดขึ้น ออกสำรวจค้นหาความไม่ตายกับเขาเหมือนกัน แล้วก็พบความไม่ตายในลักษณะอย่างนี้...

๓๑

ความหวังทำให้ไม่อยากตาย

ทีนี้อะไรที่เป็นความตาย ให้มันตายไปหมด

ที่มนุษย์เรียกมันว่าความตายก็ให้มันเพิกถอนไปหมด ไม่มีเหลือ ก็จะเหลือแต่สิ่งที่ไม่รู้จักตาย ฉะนั้นอะไรที่เป็นความตายที่กลัวกันนักก็จะต้องถูกถอนไป ให้เหลือแต่สิ่งที่ตรงกันข้าม

คนเราไม่อยากตายก็เพราะว่ามีความหวัง มีที่หวัง ที่กำลังพอใจเอร็ดอร่อยเป็นที่หวัง ไม่อยากตาย เพราะกลัวว่าจะต้องพลัดพรากจากสิ่งเหล่านี้ มันเป็นความเห็นแก่ตัว ถ้าถอนความเห็นแก่ตัว นี้ออกไปเสียได้ ก็หมดปัญหาในเรื่องนี้เหมือนกัน มันจึงไม่รู้จะอยู่ไปทำไม จึงเฉยได้ คือไม่รู้ไม่ชี้ทั้งนั้น แต่ถ้ายังมีความหวังในอะไรอยู่ มันก็ไม่อยากตาย...

๓๒

การจะไม่ตายต้องทำลายความหวัง

การที่จะไม่ตายก็ต้องทำลายความหวัง ตัณหา หรืออาสา

มันมีวิธีเรียกมากสำหรับกิเลสที่เป็นความหวัง มีชื่อหลายสิบชื่อ แต่ใจความของมันก็คือหวัง คืออยาก ฉะนั้นการที่จะไปสู่นิพพานหรือบรรลุถึงนิพพาน หรือความไม่ตายนี้ ต้องทำลายความอยาก ความหวัง เหล่านี้ เสียจนไม่มีอะไรเป็นที่หวัง หรือเป็นที่อยาก คือนิพพานเป็นความตายแห่งตัวกู แต่เป็นความไม่ตาย หรือไม่รู้จักตายของธรรมชาติอันบริสุทธิ์

จิตนี้ต้องสลัดธรรมชาติแห่งความโง่หลง คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน นี้ ที่มีความรู้สึกว่าตายนี้ สลัดออกไปเสียให้หมด จึงจะพบกับธรรมชาติอันบริสุทธิ์ ที่ไม่รู้จักตาย...

๓๓

กำจัดตัวกูด้วยจิตว่าง

ที่สอนว่า ให้รู้จัก "ตายเสียในตัวแต่หัวที"

นี้เป็นข้อความที่เนื่องกันมาจากคำพูดที่กล่าวว่า

ทำงานด้วยจิตว่าง

ยกผลงานให้ความว่าง

กินอาหารของความว่าง

ถ้าทำได้อย่างนี้ มันเป็นการตายเสร็จแล้วในตัวตั้งแต่หัวที

คำว่า "ตายเสร็จแล้วในตัว" นี้หมายความว่ามันตายอยู่เอง โดยอัตโนมัติในการกระทำเช่นนั้น ทีนี้การกระทำให้มีความรู้สึกแต่ความว่างนั้น มันเป็นการตายของตัวกู อยู่ในตัวมันเองตั้งแต่หัวที

๓๔

การตายที่เป็นทุกข์

ที่ว่า ตายเสร็จสิ้นในตัวแต่หัวที

ชาวบ้านที่เป็นธรรมดาสามัญจนเกินไปที่ไม่เคยได้ยินก็กลัว พวกที่เข้าใจเรื่องจิตว่างแบบอันธพาล เขาไม่เข้าใจเขาก็กลัว กลัวความตายไปทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่เข้าใจว่าความตายชนิดนี้หมายความว่าอย่างไร คือความตายชนิดนี้มันช่วยแก้ปัญหาความตายชนิดโน้น

การตายที่เป็นทุกข์ หมายถึงการตายของจิตที่ยึดมั่นถือมั่นเป็นตัวกู ของกู ส่วนการตายของตัวกู ของกู มันกลายเป็นสิ่งที่ดับทุกข์ แล้วก็ไม่มีความทุกข์อีกต่อไป การตายชนิดนี้ควรจะศึกษาให้เข้าใจกันไว้

จะพูดไว้ง่ายๆกันลืมบ้างว่า ถ้ายังมีกิเลส ตัณหา อุปาทาน ตัวกู ของกู อยู่ มันเป็นความตายที่เป็นทุกข์ทั้งนั้น แล้วการตายนั้นก็เป็นการตายโหงด้วย...

๓๕

ตายโหงภาษาชาวบ้าน

ภาษาของคนธรรมดานั้น

ตายโหง หมายถึง ตกต้นไม้ตาย ควายขวิดตาย อะไรตาย เขาเรียกว่าตายโหง ตายโหงอย่างนั้นมันเป็นตายโหงของคนธรรมดา มีใจความสำคัญอยู่ที่ว่า มันไม่อยากตายอยู่ตลอดเวลา ไม่อยากตาย แล้วมีอะไรมาตัดชีวิต ถูกตัดออกไปให้มันตาย ตายไม่ทันตั้งตัว นั้นคือตายโหง ถ้าตายมีความรู้สึกตั้งตัวต่อสู้สุดความสามารถแล้ว จึงตาย ชาวบ้านเรียกว่า ไม่ตายโหง

นี่มันก็ถูกอย่างภาษาชาวบ้าน หรือภาษาคนธรรมดาสามัญ พูด แต่แล้วเราก็ลองไปใคร่ครวญดูว่า ความหมายของคำว่าตายโหง ชนิดของชาวบ้านนั้น มีความหมายสำคัญอยู่ที่ว่าไม่อยากตาย มี อะไรมาตัดชีวิตของคนที่ไม่อยากตายโดยปุบปับ...

๓๖

ตายโหงในภาษาทางธรรม

เหมือนกับที่พูดมาแล้วบ่อยๆว่า ตายไม่เป็น

ตายไม่เป็น คือ ไม่รู้จักตายอย่างไรให้ดีที่สุด ตายไม่เป็นอย่างนี้ตายโหงทั้งนั้น จะเป็นตายโหงตามภาษาพิเศษ หรือภาษาที่เรียกว่าภาษาธรรมะ ภาษาพระอริยเจ้า หรือตายอย่างทุลักทุเล เรียกหมอให้ช่วยอย่างนั้น ช่วยอย่างนี้ ช่วยอย่างโน้น จนไม่มีสติสะตังอะไร นอนตาปริบๆ อยู่จนกระทั่งดับไปก็ดี มันก็อยู่ในพวกที่ตายโหงของคนที่ไม่อยากตาย ของคนที่พยายามที่จะดึงรั้งไว้ไม่ให้ตาย เสร็จแล้วมันก็ต้องตาย นี่มีความแตกต่างกันอย่างมากระหว่างคนธรรมดาสามัญกับพระอริยเจ้า

๓๗

ต้องรู้จักตายให้เป็น

ใจความสำคัญที่ต้องนึกกันบ้างก็คือว่า...

คนเราต้องรู้จักตายให้เป็น คือ ให้ร่างกายมันแตกดับไปในลักษณะที่เหมาะสม แม้ยังไม่เป็นพระพุทธเจ้า หรือยังไม่เป็นพระอรหันต์ ก็ทำตามอย่างท่านได้ เท่าที่จะทำได้ เมื่อควรตายก็ให้มันตาย อย่างที่เรียกว่าปลงสังขาร จะต้องไปดิ้นรนต่อสู้ให้มันยุ่งยากลำบากไปทำไม อย่างเรื่องผ่าตัดเอาหัวใจใส่ใหม่นี้ ก็ถือว่าเป็นเรื่องบ้าๆบอๆของคนที่ไม่รู้จักตาย ตายไม่เป็น ก็ต้องตายโหงอยู่ดี คือ ตายด้วยจิตใจที่ไม่อยากตาย ตายด้วยจิตที่ร้อนรน กระวนกระวายอยู่ เรียกว่าตายโหงหมด...

๓๘

ตายอย่างเป็นธรรมชาติ

ทีนี้ที่เรียกว่าการศึกษาธรรมะ หรือรู้ธรรมะกันจริงๆ

เขาต้องการให้รู้ในข้อนี้ ข้อที่ไม่ต้องตายโหง คือว่าอย่าต้องตายโดยที่ไม่อยากตาย อย่าเป็นคนโง่ เป็นคนไม่รู้ว่าธรรมชาติมันต้องเป็นไปอย่างนั้น เพราะฉะนั้น อย่าให้มันยุ่งยากมากนัก เมื่อควรตายไปก็ต้องตาย เหมือนกับที่พระพุทธเจ้าทรงปลงสังขารเป็นเรื่องตัวอย่าง ว่าสามเดือนจากวันนี้จักปรินิพพาน หมายความว่าให้ร่างกายแตกดับไปตามธรรมชาติ ส่วนนิพพานของกิเลส นิพพานเสร็จแล้วตั้งแต่วันตรัสรู้ เมื่อเรามีธรรมะในเรื่องนี้พอ มันก็จักไม่มีการตายโหง...

๓๙

ยกจิตให้ความว่าง

ถ้าทำงานทุกชนิดด้วยจิตว่าง

ยกผลงานให้ความว่าง กินอาหารของความว่างอยู่เสมอ นี้เป็นการตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที เป็นการป้องกันการตายโหงอย่างสิ้นเชิง ไม่มีทางที่จะวี่แววมาได้ ฉะนั้นผู้ใดไม่อยากตายโหงก็จงปฏิบัติตามนี้ คือตายเสร็จไปแล้วด้วยความแน่ใจ มันตายเสร็จไปแล้ว ถึงแม้เรายังเป็นคนมีกิเลส ยังไม่หมดกิเลส ก็จงพยายามที่จะตายอย่างนี้ พยายามที่จะตายด้วยความสลัดออกไปได้ ปล่อยวางออกไปได้ ไม่ต่อสู้ดิ้นรนเพื่อจะไม่ตาย แล้วจำใจตาย แล้วจะต้องตาย แม้คนที่ยังมีกิเลส ยังไม่หมดจากกิเลส ก็จงพยายามที่จะตายอย่างนี้...

๔๐

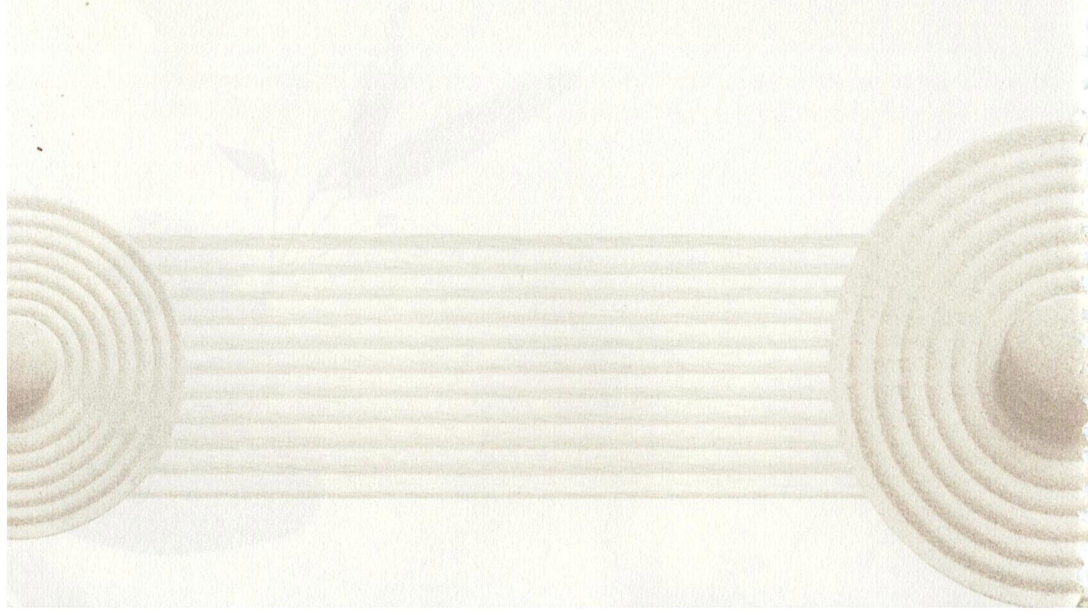
ตายอย่างมีสติสัมปชัญญะ

วิธีบรมโบราณที่สอนกันไว้จนเป็นธรรมเนียม

เป็นประเพณีของพุทธบริษัทอย่างนี้ก็มี หมายความว่า แม้เป็นชาวบ้าน ถ้ามีภูมิธรรมสูง ได้รับการศึกษาอบรมในทางพุทธศาสนามาดี เขาสอนให้พยายามตายอย่างนี้ แม้จะมีตัวกู ของกูเหลืออยู่ในจิตใจ ก็พยายามที่จะตายอย่างไม่ยึดถือเป็นตัวกู ของกู สมัครตายโดยเรียบร้อย ด้วยสติปัญญา ด้วยสติสัมปชัญญะ คือถือว่ามันเป็นการแตกดับไปของมันเอง ก็มีโอกาสที่จะเป็นพระอรหันต์หรือสิ้นกิเลสได้ในขณะที่ดับจิตนั้นก็ได้ เรื่องมันง่ายกว่ากันมาก มันไม่มีปัญหาเรื่องความทุกข์รบกวน...

สังขารกลุ่ม นี้หนอ ก็เหมือนกัน
จะสิ้นสุด ลงในวัน นี้เป็นแน่
ไม่มีใคร เกิดหรือตาย มีได้แต่
สังขารแท้ ๆ มันจะดับ โดยธรรมดา





๔๑

เบญจขันธ์อันบริสุทธิ์

ขอให้เข้าใจคำว่า "ตายเสร็จสิ้นในตัวแต่หัวที" ให้ดีๆ

มันจะช่วยได้มาก เพื่อป้องกันการตายโหงตลอดกาลนั้น ป้องกันได้ และแล้วก็จะเป็นการช่วยให้ดับกิเลส ตัณหา อุปาทาน ได้เดี๋ยวนี้ หรือว่าวินาทีสุดท้ายที่ร่างกายจะแตกดับ เมื่อถึงวินาทีสุดท้ายที่ร่างกายจะแตกดับ ก็สมัครดับไม่เหลือๆ มีสติสัมปชัญญะ ระลึกนึกถึงข้อเท็จจริงว่า ไม่มีอะไรที่จะยึดมั่นถือมั่น ไม่มีภาวะอะไรชนิดไหนที่ควรจะเป็น จิตนั้นก็บริสุทธิ์ กลายเป็นเบญจขันธ์บริสุทธิ์ คือร่างกายกับจิตใจที่บริสุทธิ์ตลอดไป แล้วมันก็ดับไปด้วยอาการอย่างนี้ ก็เรียกว่าหมดกิเลสได้พร้อมกับร่างกายแตกทำลายลงไป มันก็ได้ผลได้กำไร และก็ไม่ยากลำบากอะไร...

๔๒

ตทังคนิพพาน

ถ้ามันยังไม่ตาย มันยังไม่หมดกิเลส

ก็มีหลักว่า เมื่อใดไม่มีกิเลส กิเลสไม่ได้เกิดขึ้น เบญจขันธ์นี้ก็บริสุทธิ์เหมือนกัน คือบริสุทธิ์ชั่วคราว หรือนิพพานชั่วคราว อย่างที่เรียกว่า ตทังคนิพพาน เบญจขันธ์ที่บริสุทธิ์ชั่วคราว จิตเป็นประภัสสร ก็ยังดีกว่าที่จะไม่รู้จักเป็นอย่างนี้เสียเลย คือ เผลอไป เผลอสติไป กิเลสปรุงขึ้นมาในใจอีก เบญจขันธ์นี้ก็สกปรกไปชั่วคราวอีก เป็นเบญจขันธ์ที่มีกิเลส มีตัวกูของกูหนาแน่นอยู่ เป็นเบญจขันธ์สกปรก ทีนี้ความไม่เที่ยงของสังขาร ของเหตุของปัจจัยมันเปลี่ยนไป เดี๋ยวมันก็สิ้นไป ปัจจัยมันก็ดับไป ตัวกู ของกู มันก็ดับลงไป เบญจขันธ์ก็กลายเป็นสะอาดหรือบริสุทธิ์ชั่วขณะอื่นๆ อีก สลับกันอยู่อย่างนี้...

๔๓

เอกายนมรรค

ทีนี้ก็พยายามที่จะให้มีระยะกาลที่มันสะอาดนี้ยาวออกไป ให้ระยะกาลที่มันจะสกปรกนี้สั้นเข้าๆ น้อยเข้า จนไม่มีเผลอ จนมันไม่อาจจะเกิดก็พอแล้ว ปฏิบัติเพียงเท่านี้ก็พอแล้ว และใช้ได้ทั่วไปสำหรับทุกคน

อย่าพูดว่านี้มันเหมาะแก่ผู้ที่จะไปเป็นพระอรหันต์อยู่ในดงในป่า อย่าเข้าใจอย่างนั้น ให้เข้าใจเสียให้ถูกว่า สำหรับทุกคนจะต้องปฏิบัติตามหลักนี้ ตามแนวนี้ ตามมากตามน้อย ตามที่จะทำได้ ไม่มีหนทางสองสายสามสาย สำหรับเลือก สำหรับเดิน มันมีแต่สายเดียวที่เรียกว่าเป็น เอกายนมรรค มีแต่สายเดียว ต้องเดินทางสายนี้สายเดียว แต่จะเดินอยู่ตรงไหน อย่างไร เท่าไร มันแล้วแต่สติปัญญา ความสามารถ...

๔๔

ปฏิบัติด้วยความไม่ยึดมั่นถือมั่น

ถ้าถามขึ้นมาว่า ปฏิบัติอย่างไรจึงจะตายเสียก่อนตาย?

ถ้ามีความรู้ถูกต้องก็ตอบว่า ปฏิบัติด้วยความไม่ยึดมั่นถือมั่น เพื่อทำลายตัวกู ของกู ด้วยกันทั้งนั้น แม้จะสอนให้เด็กๆปฏิบัติ มันก็ทำลายตัวกู ของกู ไปตามระดับของเด็กๆ เพื่อจะไม่ยึดมั่นถือมั่นเหมือนกัน หรือยึดมั่นถือมั่นแต่น้อย มันมีส่วนที่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอยู่มาก คือความไม่ยึดมั่นสำหรับเด็กๆ มิฉะนั้นแล้ว เด็กๆจะร้องไห้ไม่หยุด หรือเด็กๆ จะกินยาตาย จะป้องกันเรื่องที่เลวร้ายถึงขนาดนั้น จึงสอนในเรื่องไม่ยึดมั่นถือมั่น เพื่อไม่ต้องร้องไห้ ไม่ต้องกินยาตาย ไม่ต้องมาเสียใจระทมทุกข์อยู่ หากทำผิดก็ทำเสียให้ถูก ก็มีเท่านี้ อย่าไปยึดมั่นถือมั่นเรื่องผิดเรื่องถูก จนคิดว่าไม่มีทางที่จะเปลี่ยนแปลง...

๔๕

ต้องฝึกแก้ไขพัฒนาจิต

ทีนี้ เมื่อจะต้องวิบัติพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่พอใจ

อย่างนี้ก็ไม่ควรจะมีความทุกข์มาก เพราะว่ารู้จักเรื่องความตายเป็นของธรรมชาติ เป็นของต้องมีเท่าที่จะรู้ได้ ทีนี้มันไปคิดกันเสียว่า โอ! เดี๋ยวเด็กจะไม่รู้จักรักพ่อแม่ พ่อแม่ตายก็ไม่ร้องไห้ ก็ตามใจ เมื่อต้องการอย่างนั้นก็ตามใจ เรื่องกลัวว่าพ่อแม่ตายเด็กๆ จะไม่ร้องไห้ ไม่ต้องกลัว มันก็จะร้องไห้อยู่แล้ว มันมีอยู่แต่ว่าจะแก้ไขให้ไม่ต้องร้องไห้มาก หรือไม่ร้องเลย เพราะเรื่องร้องไห้มันเป็นเรื่องของความคิดประเภทยึดมั่นถือมั่น...

๔๖

ธรรมเนียมของความโง่

เราเคยได้ยินได้ฟังมาว่า...

พระจักรพรรดิจีนจะตาย ต้องมีคนร้องไห้ บรรดาคนรักใคร่บรรดาสนมกำนัลของจักรพรรดิต้องมานั่งร้องไห้ มันคงจะเนื่องมาจากพระจักรพรรดิต้องการจะดูความจงรักภักดี หรือจะได้ตายอย่างสบายใจ ได้ชื่อว่าตายแล้วยังมีคนร้องไห้ มันก็เกิดเป็นธรรมเนียมประเพณีขึ้นมาจนต้องจ้างคนมาร้องไห้เมื่อมีคนตาย มันก็เลยไปกันใหญ่จนถึงขนาดนี้ จะเป็นความโง่หรือเป็นความฉลาด ก็ลองคิดดูก็แล้วกัน ร้องไห้ตามธรรมดาไม่พอ ต้องไปจ้างคนมาช่วยร้องไห้อีก เป็นความยึดมั่นถือมั่นเท่าไร คำนวณดูก็ได้...

๔๗

ผู้มีปัญญาจักพ้นทุกข์

คนประเภทที่ยังต้องตายโหง...

ก็ต้องการให้คนอื่นร้องไห้เมื่อตัวจะตาย หมายความว่าตัวเองมีความยึดมั่นถือมั่นมาก ไม่อยากตาย คนนั้นก็จะต้องการให้คนอื่นพลอยร้องไห้เมื่อตัวจะตาย จะได้มีความอิ่มใจว่าเรามีคนรักมีคนอาลัย จะตายทั้งทีก็ต้องมีคนรักมีคนอาลัย นี่มันเป็นเอามากถึงอย่างนี้ ถ้ามันมากถึงอย่างนี้แล้ว มันก็ไม่เหมาะสมที่จะเรียกว่าพุทธบริษัท คือหมู่คณะของผู้มีสติปัญญา มีความรู้ หมายความว่ารู้จักทำไม่ให้มันเป็นทุกข์ หรือเป็นทุกข์แต่น้อยลงๆ จนไม่เป็นทุกข์ ทำไมต้องไปขยายให้มันมีทุกข์มากเกินกว่าความจำเป็น นั้นมันคืออวิชชาหรือความหลง ซึ่งไม่ใช่ความเป็นพุทธบริษัท...

๔๘

ฝึกจิตไม่ให้ขลาดเขลา

ระวังให้ดีๆ เป็นพระ เป็นเณร นี้อย่ากลัวตาย

ชนิดขี้ขลาดตาขาวแสดงมาให้เขาเห็น คือเสียศักดิ์ศรีของผ้าเหลือง สุนัขจะไม่กิน พูดกันให้เด็ดขาดก็ต้องว่าอย่างนี้ คือไม่มีอะไรดีในตัวจนสุนัขจะกินได้ อะไรนิดก็กลัวตาย สะดุ้งโหยงเหยงโวยวายไปหมด เหมือนกับชาวบ้านที่กลัวไส้เดือน จิ้งจก ตุ๊กแก กลัวงูเงี้ยว เพียงแต่งูตัวเล็กๆ ที่ไม่มีพิษสงอะไรเลื้อยมาข้างเท้าก็สะดุ้งกระโดดโหยงเหยงโวยวาย เป็นพระเป็นเณรแล้วก็ยังมี นี้เรียกว่าดิบเท่าไร มันยังเป็นของดิบ คือไม่สุกมากเท่าไร คือ ไม่มีคุณธรรมอย่างพระอย่างเณรเลย...

๔๙

กาย-ใจเป็นเรื่องเฉพาะตน

นี่ยกตัวอย่างเรื่องอย่างนี้มาเป็นตัวอย่าง

เพราะง่ายดี มันเห็นๆ กันอยู่ แล้วมันก็ยังมีอีกมากมายหลายสิบเรื่องที่จะเป็นเรื่องทดสอบ เรื่องกลัวตายก็มี เรื่องรัก เรื่องกำหนัดก็ดี เรื่องความโลภก็มี เรื่องความโกรธก็มี เรื่องความอิจฉาริษยาก็มี มากมายหลายอย่าง มีทางที่จะทดสอบได้ แต่ถ้าเป็นเรื่องในใจล้วนๆ มันมองไม่เห็น ของใครก็ของใคร อะไรเป็นของใคร ๆ มองไม่เห็น แต่ถ้าเป็นเรื่องที่แสดงออกมาทางกาย นี้มันแสดงออกมาว่ายังเป็นคนดิบอยู่สักเท่าไร การบวชการเรียนนี้ยังไม่มีผลเลย ยังไม่ได้บ่มให้สุกเลย...

๕๐

ธรรมะเป็นของจริง

อย่าทำเล่นกับความจริง

ธรรมหรือความจริงนี่ไม่เข้าใครออกใคร มีอะไรเป็นอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น มนุษย์นั้นอาจเล่นตลกหลอกกันได้ แต่ธรรมะหรือธรรมชาติมันไม่มีทางเล่นตลกได้ เขาเอามาเปรียบด้วยเรื่องเป็นสุนัขที่มันรู้ว่ามนุษย์นี้เป็นอะไร หรือจะเรียกว่าเทวดาผีสางก็ได้ แล้วแต่จะเรียกว่ามันมีอะไรอยู่อันหนึ่ง ซึ่งใครก็หลอกไม่ได้ เรียกว่าธรรมะหรือพระธรรม ไม่มีทางที่ใครจะหลอกเล่นได้ มันตรงเผงไปตามกฎตามเกณฑ์ของพระธรรม มีความทุกข์ก็ต้องมีความทุกข์ ไม่มีทุกข์ก็ต้องไม่มีทุกข์...

๕๑

เดินตามอย่างพระอริยเจ้า

จงเลือกเอาข้างที่ไม่มีทุกข์

พยายามที่จะทำตามอย่างพระอริยเจ้า พระอรหันต์ คือตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที หรือว่านิพพานอยู่ที่ตายเสียก่อนตาย พยายามที่จะกำจัดความรู้สึกที่มีการยึดมั่นถือมั่นมากที่สุดเท่าที่จะมากได้ ไม่ต้องกลัวตายมากเหมือนคนธรรมดา ไม่ต้องโลภมากเหมือนกับคนธรรมดา ไม่ต้องมีโทสะกลุ้มกลัดขัดเคืองมากเหมือนคนธรรมดา ไม่ห่วง ไม่หวัง ไม่อิจฉาริษยา ไม่ทะเยอทะยานอะไรมากเหมือนคนธรรมดา นี่เป็นวิธีที่ถูก เป็นแนวเดียว สายเดียว เส้นเดียว ตรงไปยังนิพพาน...

๕๒

ต้องบรรเทาความยึดมั่นถือมั่น

พยายามให้เป็นแม้แต่เด็กๆ ลูกเล็กๆ...

ก็มีความเข้าใจอย่างนี้ ที่จะบรรเทาความยึดมั่นถือมั่น และปฏิบัติเพื่อความไม่ยึดมั่นถือมั่น อย่าไปมีความคิดเห็นเป็นอันธพาลแบ่งแยกที่ว่า จะอยู่ในโลกนั้น เอามันเข้าไป สกปรกลามกอนาจารอย่างไรก็หาทางจนได้ เพราะเรามันอยากอยู่ในโลกอันสกปรก เขาสอนกันอย่างนี้ก็มี ส่วนที่พูดว่าอยากจะพ้นโลก เหนือโลก โลกุตตระจึงปฏิบัติอย่างโน้น สอนกันอยู่อย่างนี้ โดยเขาคิดไปว่าเพื่อให้คนเหล่านั้นมีกิเลสตัณหา มีมานะทิฏฐิถือพวกถือพ้อง แล้วก็จะได้รักพวกรักพ้อง รักประเทศชาติ ทำลายข้าศึกศัตรู คิดอย่างนี้มันชวนกันตกนรกหมกไหม้ทั้งโขยง อย่าได้ไปคิดอย่างนั้นเลย...

๕๓

รบเพื่อรักษาธรรม

ให้ฝึกคิดว่า ไม่มีตัวกูของกูไว้เรื่อย

ให้เหลือแต่ธรรมะไว้ ถ้าจะไปรบกับข้าศึกจะได้มีจิตใจที่บริสุทธิ์ เห็นแก่ธรรมะ รบเพื่อธรรมะ เพื่อรักษาธรรมะเอาไว้ ไม่ใช่เพื่อตัวกูของกู ไม่ใช่เพื่อรักษาชีวิตของกู การรบราฆ่าฟันกันนี้มันมี ๒ ความหมายอย่างนี้ ถ้ารบเพื่อตัวกูของกู มันก็ตายโหง มันก็บาปกรรมและตายโหง ถ้ารบเพื่อสติสัมปชัญญะ เบญจขันธ์ที่ชำระให้บริสุทธิ์แล้ว ไม่มีตัวกูของกู ยิงปืนออกไปเพื่อรักษาความเป็นธรรมของโลก อย่างนี้ไม่เป็นบาปและไม่ตายโหง สะอาดบริสุทธิ์อยู่ในเบญจขันธ์นั้นเรื่อยไป คือมีธรรมะเป็นตัวตนเรื่อยไป....

๕๔

อย่ามีกิเลสตัณหาอันธพาล

อย่ามีตัวกูของกูเป็นตัวตน อย่ามีกิเลสตัณหาอันธพาล

อย่างนั้นมีความคิดเป็นตัวตน พวกจิตว่างแบบอันธพาลมีความคิดอย่างนั้นทั้งนั้น ก็มีตัวตนอย่างอันธพาลนั้น พวกที่มีจิตว่างตามแบบพระพุทธเจ้าแล้ว มันก็ไม่มีความเป็นอันธพาล ทำมาหากินได้ รักษาทรัพย์สมบัติก็ได้ แม้แต่จะต้องไปรบพุ่งทำสงครามก็ทำได้ ด้วยจิตที่ไม่มีตัวกู มีแต่ธรรมะ เห็นแก่ธรรมะ เพื่อธรรมะ ให้เนื้อให้ตัวมันเป็นธรรมะเสียแล้ว มันก็ไม่มีบาป ไม่มีกรรม ก็ไม่ต้องตายโหง...

๕๕

น้ำอมฤตที่ทุกคนต้องดื่ม

นี่มันโยงถึงกันหมดแล้ว

ทำงานด้วยจิตว่าง ยกผลงานให้ความว่าง กินอาหารของความว่าง ตายเสร็จแล้วในตัวตลอดเวลา เป็นศิลปะหรือว่าเป็นเคล็ดที่สำคัญอันหนึ่ง ซึ่งกลั่นกรองออกมาจากพุทธศาสนาทั้งหมดมาเป็นหัวใจของพุทธศาสนา ที่จะเป็นสิ่งที่ดีที่สุด เป็นน้ำอมฤตสำหรับทุกคนจะต้องดื่ม ต้องกิน เพื่อจะไม่มีความทุกข์ ไม่มีความตายอีกต่อไป ตายเสร็จแล้ว แล้วจะได้ไม่ต้องตายอีกต่อไป พวกกิเลสตัณหา พวกความยึดมั่นถือมั่นตายไปหมดแล้ว แล้วไม่เหลืออะไรที่จะต้องตายอีกต่อไป มันแฝดกันได้อย่างนี้ ในความตายชนิดนี้มีความไม่ตายตลอดกาล...

๕๖

สอนเด็กให้เป็นสุภาพชน

เราควรสอนให้เด็กๆมีความเข้าใจ

ในเรื่องความเป็นสุภาพบุรุษ เป็นเด็กดี เป็นคนดี ถ้าสอนถูกก็ต้องสอนอย่างนี้ สอนอย่าให้เห็นแก่ตัว ถ้าสอนในทางให้เห็นแก่ตัว ก็ต้องเกิดเรื่องแน่ ในอนาคตมันจะถูกหลอกถูกหลอนไปด้วยปีศาจของกิเลส เหมือนที่เห็นๆ กันอยู่ ที่เขาดึงไปสู่ความต่ำของจิตใจ มีเรื่องกระโปรงสั้นเป็นตัวอย่างสำหรับผู้หญิง มีเรื่องสำมะเลเทเมาสำหรับผู้ชาย มีมากขึ้นๆ เป็นเรื่องไม่รู้จักตาย เป็นเรื่องพอกพูนตัวกูของกู พอกพูนชีวิตของกิเลส หรือความเป็นอันธพาล มันตรงกันข้ามกับที่เรากำลังพูด ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที มันเป็นเรื่องลดลงไปสู่ความสงบราบคาบ เรียบร้อย เย็นสนิท...

๕๗

ชีวิตที่เป็นบาปน่ากลัว

"ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที"

นี้มีความหมายว่าเป็นอยู่ด้วยชีวิตที่เย็นสนิท ถ้าตรงกันข้ามจากนี้ มันก็คือความร้อน ร้อนเป็นไฟเผาอยู่ตลอดเวลา เป็นการทำบาปอยู่ตลอดเวลาในตัวมันเอง มันเป็นเรื่องที่น่ากลัวยิ่งกว่าสิ่งใดๆ หมด การที่เป็นบาปตลอดเวลาในตัวมันเอง น่ากลัวหรือไม่น่ากลัว ไปลองคิดดู เป็นบาปร้อยเปอร์เซ็นต์อยู่ในตัวตลอดเวลา ที่เป็นอยู่ด้วยกิเลสตัณหานั่น เป็นอยู่อย่างนี้ ถ้าว่ามันขจัดออกไปเสียได้ ให้มีกายและใจที่บริสุทธิ์อยู่เท่าที่เราจะทำได้ มันก็ตรงกันข้าม มีความเย็นอยู่ตลอดเวลา เอาไปเปรียบดูก็แล้วกัน...

๕๘

ร้อนใดไม่ร้อนเท่าโมหะ

เราคนเดียวกันนี่บางโอกาสมันก็ร้อนเป็นไฟ...

บางโอกาสมันก็เย็นเป็นน้ำ ทีนี้ก็เลือกเอาสภาพที่มันเย็นเป็นน้ำ ให้มันยังคงเย็นอยู่ตลอดไปๆ จนมันเกิดความตายตัวลงไปในการที่จะเย็นอยู่ตลอดเวลา อย่าให้ร้อนแม้ด้วยกรณีใดๆ และร้อนที่น่ากลัวที่สุดคือ ร้อนด้วยความโง่ ร้อนด้วยราคะ ความกำหนัดทางเพศ ทางอะไรก็ยังไม่ร้อนเท่าความโง่ แต่คนก็ไม่รู้จัก คิดว่าร้อนราคะมันร้อนเหลือเกิน ร้อนด้วยโทสะ ความโกรธ ร้อนเหลือเกินเพราะไปดูอย่างผิวเผิน คือเท่าที่มันปรากฏแก่คนโง่ คนธรรมดาถ้าคนมีสติปัญญาแล้วจะรู้ว่า โมหะที่ไม่แสดงอะไรออกมานั้น มันร้อนกว่า มันร้อนลึก...

๕๙

กิเลสในใจ...ร้ายนัก

อย่างเช่นการรักษาโรค...

หมอแผนโบราณเขาก็มีคำว่า "ร้อนใน ร้อนนอก" ไปคลำที่ตัวร้อน เขาว่าไม่เท่าไร ถ้าข้างในมันไม่ร้อน แล้วต้องสังเกตดู ถ้าข้างในมันร้อนละก็น่ากลัว หรือมีอันตราย หรือคนไข้จะตาย ที่เรียกว่า "ร้อนใน" แบบของหมอแผนโบราณ มันร้อนข้างใน แล้วมันก็ตายทั้งที่ตัวไม่ร้อน กิเลสนี้ก็เหมือนกัน กิเลสที่เผารนอยู่ข้างในมันร้ายกาจกว่ากิเลสที่แสดงออกมาข้างนอก ราคะแสดงออกมาข้างนอก โทสะแสดงออกมาข้างนอก แต่โมหะมันร้อนลึกอยู่ข้างใน แล้วมันจะเป็นเชื้อส่งราคะ ส่งโทสะ ออกมาไม่รู้จักสิ้นสุด เพราะฉะนั้นมันน่ากลัวกว่า น่าอันตรายกว่า...

๖๐

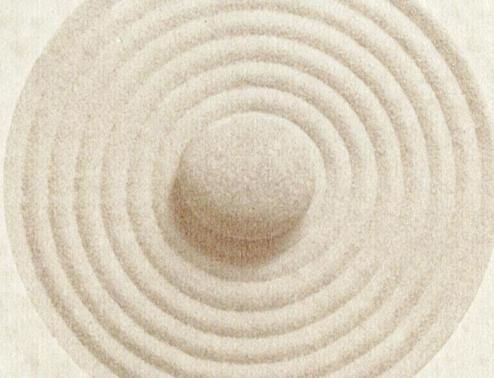
ไฟร้อนที่ต้องดับ

ไฟที่เปียกเย็นนั่นแหละระวังให้ดี!

มันร้อนลึกกว่าไฟที่ลุกโพลงอยู่ ตัวกูของกูนั่นแหละคือไฟที่เย็นที่เปียกที่ลึกอยู่ข้างใน ร้อนใน ต้องขจัดออกไปให้มันตาย หรือทำให้มันตายอยู่เสมอ ทำงานด้วยจิตว่าง ยกผลงานให้ความว่าง กินอาหารของความว่างให้ถูกต้องถูกวิธีเสมอ มันจะแก้ร้อนใน แล้วร้อนนอกมันก็จะหายไปได้เอง

ที่เราพูดกันเรื่องตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที มันดีอย่างนี้ มันแก้ตายโหง มันแก้ร้อนใน แก้อะไรสารพัดอย่างที่ไม่พึงปรารถนาให้หมั่นคิด แล้วปฏิบัติให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ในฐานะที่มันเป็นหัวใจของพุทธศาสนา เป็นอมตะธรรม เป็นอมฤตธรรมในพระพุทธศาสนา...

ความสงบ มีเพราะกับ แห่งสังขาร
มันดับเย็น เป็นนิพพาน สิ้นสังขาร์
นามรูปนี้ ดับวันนี้ เป็นกิริยา
ไม่มีเชื้อ กลับมา เกิดอีกแล ฯ





๖๑

เกิดแก่เจ็บตายเป็นธรรมดา

ปัญหาเกี่ยวกับความเกิด แก่ เจ็บ ตาย นี้

พระพุทธเจ้าตรัสไว้อย่างน่าสนใจและน่าอัศจรรย์ที่สุด แต่คนก็ไม่ค่อยจะได้ฟังหรือได้ฟังก็ไม่สนใจ ข้อความนั้นมีอยู่ว่า...

ถ้าสัตว์ทั้งหลายได้อาศัยเราเป็นกัลยาณมิตรแล้ว สัตว์ที่มีความเกิดก็จะพ้นจากความเกิด สัตว์ที่มีความแก่ก็จะพ้นจากความแก่ สัตว์ที่มีความเจ็บก็จะพ้นจากความเจ็บ สัตว์ที่มีความตายก็จะพ้นจากความตาย

ข้อนี้มีความหมายที่จะต้องทำความเข้าใจกันให้ดีๆ มิฉะนั้นจะไม่อาจเข้าใจได้ว่าจะพ้นจากความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ได้อย่างไร แล้วก็จะคัดค้านว่าพระพุทธเจ้าเองก็ยังแก่ ยังเจ็บ ยังตาย อันนั้นมันเป็นความหมายชนิดที่ยังไม่ถูกตรงตามเรื่องราว...

๖๒

ศูนย์รวมของความทุกข์

โดยใจความเรื่องราวนั้นมีความหมายว่า...

ปัญหาทั้งหลายเกี่ยวกับความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เช่นว่า เมื่อเกิดมาก็ต้องได้ประสบพบเข้ากับธรรมชาติแห่งความเปลี่ยนแปลง ไม่มีอะไรที่จะได้ตามปรารถนาไปเสียทุกอย่าง เกิดมาจึงประสบกับสิ่งเหล่านี้ เรียกว่า ปัญหาของความเกิด ความแก่ก็เหมือนกัน ต้องแก่ชราลงไปทุกวัน มีปัญหาหลายอย่างจะต้องเยียวยารักษา จะต้องทำอะไรๆ อีกหลายๆ อย่าง เป็นปัญหาเกี่ยวกับความแก่ แต่ก็รวมอยู่ที่เป็นความทุกข์ใจ ความเจ็บนี่ก็เป็นสิ่งที่ทนยาก ส่วนความตายนั้นเป็นที่ตั้งแห่งความกลัว ก็เป็นความทุกข์ใจ ถ้าไม่มีปัญหาอันเกี่ยวกับความเกิด แก่ เจ็บ ตาย แล้ว ก็คงไม่ต้องมีความทุกข์ใจ...

๖๓

พระพุทธองค์เป็นกัลยาณมิตร

ทำอย่างไรจึงจะเป็นอย่างนั้นได้...

คำตอบมีอยู่ว่า พระพุทธองค์เป็นกัลยาณมิตร เป็นมิตรแท้ เป็นมิตรที่จริง เป็นมิตรที่ดี เมื่อมีพระองค์เป็นกัลยาณมิตรแล้วจะพ้นได้อย่างไร ข้อนี้หมายความว่า ถ้าเป็นกัลยาณมิตรกันได้จริง ก็หมายถึงเข้าใจพระธรรมคำสอนของพระองค์ แล้วก็ปฏิบัติอยู่ตามถ้อยคำเหล่านั้นจนถึงที่สุด

พระองค์ตรัสสอนเรื่องอะไร ถ้าเข้าใจแล้วก็จะพ้นทุกข์ถึงที่สุด พระองค์ตรัสสอนเรื่องความไม่มีตัวตน หรือของๆ ตน มีแต่อะไร จะมีแต่สิ่งที่เรียกว่าสังขาร มีขันธ์ มีธาตุ มีอายตนะ ซึ่งเป็นของปรุงแต่งตามธรรมชาติ มีความรู้สึกนึกคิดได้...

๖๔

กฎของธรรมชาติที่ฝืนไม่ได้

แต่แล้วมันน่าสงสาร...ที่ว่าความคิดนั้นนึกไม่ถูกต้อง

คือ มันมีความนึกคิดเป็นไปในทางตัวตนเป็นของตน และหวังจะให้อะไรๆทุกอย่างนั้นเป็นไปตามความปรารถนาของตน ไปมีความคิดเสียอย่างนี้ มันก็ฝืนกันกับความจริงที่ว่าทุกอย่างเป็นของที่เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ใครจะบังคับให้เป็นไปตามความต้องการของตนไม่ได้ ถ้าเข้าใจเห็นแจ้งธรรมะข้อนี้ คือมีจิตใจเห็นโดยประจักษ์ชัดลงไปว่าไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่เป็นของตน และสละความยึดมั่นถือมั่นว่าตัวตนของตนออกเสียได้ มันก็จักไม่มีเรื่องกระทบใจที่ทำให้ต้องเป็นทุกข์...

๖๕

สิ่งอันเป็นธรรมดาของสัตว์โลก

ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย มันเป็นของธรรมดาเช่นนี้เอง

แต่มันยากที่จะรู้สึกว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง เพราะเหตุว่ามันมีความคิดที่ผิด มีความคิดที่เป็นไปตามอำนาจของอวิชชา เกิดขึ้นมารับเอาสิ่งเหล่านั้นว่าเป็นของตน ไม่เคยมีความคิดที่จะคิดไปว่ามันเป็นเช่นนั้นเองของธรรมชาติ ความทุกข์จึงเกิดขึ้นมาจากความสำคัญผิด แล้วไปยึดมั่นถือมั่นเอาสิ่งนั้นๆ โดยความเป็นของตน ถ้าได้อาศัยพระองค์เป็นกัลยาณมิตร ก็ย่อมจะมีจิตใจชนิดที่มองเห็นตามคำตรัส คำสอน คำชี้แนะ คำที่ทรงเปิดเผยว่า มันมีแต่ธรรมชาติที่เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ เป็นไปอย่างเช่นนั้นเอง ซึ่งมีความหมายพิเศษ เข้าใจโดยยากสักหน่อย แต่ไม่เหลือวิสัยที่จะเข้าใจ...

๖๖

เช่นนั้นเองชนะทุกสิ่ง

ถ้าเห็นเช่นนั้นเอง ก็จะหัวเราะเยาะความเกิด

หัวเราะเยาะความแก่ หัวเราะเยาะความเจ็บ หัวเราะเยาะความตาย ถ้าไม่เป็นเช่นนั้นเอง ก็มีตัวตนเป็นผู้เกิด ผู้แก่ ผู้เจ็บ ผู้ตาย มันก็เลยหัวเราะไม่ออก เพราะว่ามันกำลังมีปัญหาหนักไปเสียทุกอย่าง ทุกประการ เกี่ยวกับความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตายนี้...

๖๗

กัลยาณมิตรของตถาคต

ขอให้เรามาคิดกันเสียใหม่...

ให้ถูกตรงตามพระพุทธภาษิตที่ว่า ถ้าได้อาศัยเราตถาคตเป็นกัลยาณมิตรแล้ว สัตว์ที่มีความเกิดจะพ้นจากความเกิด ที่มีความแก่จะพ้นจากความแก่ ที่มีความเจ็บจะพ้นจากความเจ็บ ที่มีความตายจะพ้นจากความตาย ถ้าพ้นจากปัญหาเหล่านี้ได้ ก็แปลว่าเป็นกัลยาณมิตรกับพระพุทธเจ้า ถ้ายังพ้นไม่ได้ก็ยังไม่ได้เป็นกัลยาณมิตรกับพระพุทธเจ้า เราจะทำอย่างไรเพื่อเป็นกัลยาณมิตรกับพระพุทธเจ้าให้ได้...

๖๘

ศึกษาให้เข้าใจกฎของธรรมชาติ

คำตอบทางหนึ่งมันก็ตอบได้ง่ายๆ

ว่าถ้าอยู่เหนือปัญหาเหล่านั้น คือ เหนือปัญหาเกิด แก่ เจ็บ ตาย นั่นแหละ ได้เป็นเหมือนพระพุทธเจ้า ได้เป็นกัลยาณมิตรของพระพุทธเจ้า เราจะทำอย่างไร สำหรับฝ่ายเราๆ ก็ศึกษาให้เข้าใจถึงข้อที่ตรัสว่า สังขารทั้งหลายเป็นเช่นนั้นเอง คือเปลี่ยนแปลง คือจะทนยากและเป็นทุกข์ จะบังคับให้เป็นไปตามความต้องการไม่ได้ คือมันไม่ใช่ตัวตน เป็นสักว่าสังขารหรือธรรมชาติล้วนๆ ปรุงแต่งกันไป เปลี่ยนแปลงกันไป เมื่อมีความคิดที่ถูกต้องดีอยู่เช่นนี้ ในที่สุดก็จะมีจิตใจหลุดจากความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องตัวตน เป็นจิตใจเกลี้ยง เป็นจิตใจว่าง ไม่ประกอบด้วยความยึดมั่นว่าตัวตน...ความทุกข์มันก็เกิดขึ้นไม่ได้ เพราะไม่มีตัวตนสำหรับจะเป็นทุกข์ ..

๖๙

เช่นนั้นเองกำจัดปัญหาคาใจ

ถ้าอย่างไรก็ลองตั้งใจที่จะเป็นกัลยาณมิตรกับพระพุทธเจ้า

มีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรของเรา

มีเราเป็นกัลยาณมิตรของพระพุทธเจ้า

ซึ่งพระองค์ก็ทรงประสงค์อย่างนั้น พยายามสอดส่องไปตามคำสั่งสอน ที่ให้เห็นว่าเป็นสักว่าสังขารหรือธรรมชาติล้วนๆ ที่มันปรุงแต่งกันไป เปลี่ยนแปลงกันไป ตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติที่ว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง เพื่อจะขับไล่ปัญหาอันเกิดจากความเจ็บไข้ทุกๆ ปัญหาให้หมดไป ไม่ว่าสังขารจะเป็นอย่างไร ก็ไม่มีความทุกข์เลย หวังว่าคงจะได้มีการพินิจพิจารณาในเรื่องนี้เป็นอย่างดี...

๗๐

ความไม่ยึดมั่นถือมั่น

เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น...

นับว่าเป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งในพระพุทธศาสนา เพราะเหตุไร เพราะเหตุว่าความทุกข์ทั้งหลายล้วนเกิดมาจากความยึดมั่นถือมั่น หรือเพราะยึดมั่นถือมั่นนั่นแหละจึงได้เกิดความทุกข์ จะต้องรู้จักในความยึดมั่นถือมั่นนั้นให้ดีๆ มองให้เห็นชัดทีเดียวว่า ความทุกข์เกิดขึ้นมาจากความยึดมั่นถือมั่น เราจะต้องศึกษาเรื่องความยึดมั่นถือมั่นนี้ให้เข้าใจอย่างถี่ถ้วน...

๗๑

ความยึดมั่นสองลักษณะ

ความยึดมั่นถือมั่นนั้น มี ๒ แบบ

แบบที่ ๑ ยึดมั่นว่าตัวตนหรือของตน

แบบที่ ๒ ยึดมั่นเป็นคู่ๆ ยึดมั่นว่าชั่วว่าดี ว่าได้ว่าเสีย ว่าแพ้ว่าชนะ ว่าผิดหวัง ว่าสมหวัง แม้ที่สุดว่าเป็นหญิง เป็นชาย เป็นบุญเป็นบาป เป็นดี เป็นชั่ว เป็นนรก เป็นสวรรค์ ล้วนแต่ยึดมั่นเป็นคู่ๆ เช่น ยึดมั่นว่าดี มันก็เกิดปัญหาไปตามแบบดี ยึดมั่นว่าชั่ว มันก็มีปัญหาไปตามแบบชั่ว ดีชั่ว บุญบาป สุขทุกข์ ได้เสีย แพ้ชนะ กำไรขาดทุน ผิดหวังสมหวังเป็นคู่ๆ เหล่านี้ล้วนแต่มีปัญหาไปตามแบบของตน...

๗๒

ตัวเรา-ของเรา เป็นเรื่องปรุงแต่งจิต

พวกแรกที่ยึดมั่นว่าเป็นตัวตนเป็นของตนนั้น...

หมายความว่า เมื่อได้รับอารมณ์อย่างใดมาแล้ว มีผัสสะ มีเวทนาแล้ว มันก็ย่อมเกิดความอยาก คือ ตัณหาโดยสมควรแก่เวทนา มันก็อยากได้ ถ้ามันเป็นทุกขเวทนา มันก็เป็นวิภวตัณหา อยากไม่ได้ อยากไม่เอา เมื่อเกิดความอยากเต็มที่ขึ้นในจิตใจแล้ว มันก็จะเกิดความรู้สึกขึ้นมาเองตามธรรมชาติว่า เราๆ เป็นผู้อยาก และความอยากนั้น ก็อยากจะได้เพื่อมาเป็นของเรา จึงเห็นได้ทันทีว่า ความรู้สึกว่าเราหรือของเรา มันเป็นเรื่องปรุงแต่งขึ้นมา...

๗๓

ความอยากเป็นของหนัก

ลองทบทวนดูให้ดีว่า...

พอเราอยากอะไรอย่างเต็มที่ อยากได้ อยากมี อยากเป็น ก็สุดแท้ เมื่อเกิดความอยากเต็มที่แล้ว เรารู้สึกว่าตนซึ่งเป็นผู้อยาก เป็นเจ้าของความอยากนั้น จะรู้สึกขึ้นมาในใจหรือมันถึงกับพร้อมกันเลย พอมันอยากได้ มันก็อยากได้เป็นของตน ตนเป็นผู้อยาก พอมันมีตนมีของตนในความรู้สึกอย่างนี้ขึ้นมาแล้ว มันก็เป็นของหนัก คือเป็นเรื่องที่ต้องหนักอกหนักใจ ร้อนรนกระวนกระวายผิดปรกติไปเป็นธรรมดา นี่เรียกว่า ความรู้สึกนึกคิดยึดมั่นว่าตนว่าของตนนั่นแหละ ทำให้เกิดความรู้สึกที่เป็นทุกข์ นี่เรียกว่ายึดมั่นอย่างเป็นตัวตนหรือเป็นของตน...

๗๔

ยึดมั่นนักทุกข์จักบังเกิด

ในที่นี้ยึดมั่นเป็นคู่ๆ...ยึดมั่นว่าดี ยึดมั่นว่าชั่ว

ยึดมั่นว่าบุญ ยึดมั่นว่าบาป ยึดมั่นว่าได้ ยึดมั่นว่าเสีย ยึดมั่นว่าแพ้ ยึดมั่นว่าชนะ ยึดมั่นเป็นคู่ๆ นี่มันทำให้เกิดความรู้สึกที่เป็นทุกข์ ยึดมั่นว่าดี มันก็มีจิตใจระรัวไปตามแบบของความดี ยึดมั่นว่าชั่วมันก็ระรัวไปตามแบบของความชั่ว ทั้งดีและชั่วไม่เกิดความรู้สึกที่สงบ ต้องมีความรู้สึกที่เป็นกลาง ไม่ต้องดี ไม่ต้องชั่ว มันจึงจะไม่ปรุงแต่งเป็นความวุ่นวาย ถ้ายึดมั่นว่าดีมันก็อยากดี ถ้ายึดว่าชั่วมันก็กลัวชั่ว หรืออะไรก็แล้วแต่ มันเป็นปัญหาขึ้นมาจากการยึดมั่นทั้งสิ้น...

๗๕

ทำจิตให้สงบจากความหมายมั่น

เมื่อยึดมั่นเป็นคู่ๆ แล้วก็มีปัญหาไปตามแบบที่เป็นคู่

ถ้ารู้สึกว่าได้ก็ดีใจ ถ้ารู้สึกว่าเสียก็เสียใจ ได้ก็วุ่นไปแบบหนึ่ง เสียก็วุ่นไปอีกแบบหนึ่ง สู้ความสงบไม่ได้ ไม่ต้องไปหมายมั่นให้เป็นได้หรือเป็นเสีย ไม่ต้องหมายมั่นให้เป็นสมหวังหรือผิดหวัง ไม่ต้องไปหมายมั่นให้เกิดความรู้สึกว่าแพ้หรือชนะ ไม่มีความรู้สึกว่าเป็นคู่ใด หมดกระทั่งไม่มีความรู้สึกว่าเขาทำตามความพอใจของเรา ความรู้สึกอย่างนี้เกิดขึ้นได้ง่าย และมันเป็นสิ่งที่มีโดยง่าย ไม่ว่าใคร ไม่ว่าที่ไหน มันจะต้องมีความรู้สึกคู่นี้ ถ้าว่าทำอะไร ๆ เกี่ยวกับผู้อื่น คือเกี่ยวกับสังคมหรือเกี่ยวกับชาวโลก...

๗๖

การอบรมที่ดีที่สุด

ทีนี้ ถ้ายึดมั่นว่าดี มันก็เหมือนแบกความดี

ยึดมั่นว่าชั่ว มันก็เหมือนแบกความชั่ว ยึดมั่นว่าชนะก็แบกความชนะ ยึดมั่นว่าแพ้ก็แบกความแพ้ เพราะยึดมั่นในสิ่งใดอย่างไร มันก็มีความกดทับลงที่จิตใจ เป็นความหนัก นี้เรียกว่าปัญหาๆ มันเกิดขึ้นมาจากความยึดมั่นถือมั่น

เราจะสังเกตให้เห็นชัดเจนแจ่มแจ้งว่าเป็นสิ่งที่ต้องมีความรู้ทุกคน ไม่ใช่เฉพาะผู้ที่บรรลุพระอรหันต์เท่านั้นที่จะเรียนรู้เรื่องนี้ คนธรรมดาอยู่ในโลกมันก็เต็มไปด้วยสิ่งที่ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นคู่ๆ หรือแม้ที่สุดแต่เด็กๆ เล็กๆ ก็จะต้องได้รับการอบรมที่ดีที่สุดที่จะต้องไม่ยึดมั่นถือมั่น...

๗๗

ผลร้ายของความยึดมั่น

เอ้า...ถ้าเด็กมันยึดมั่นถือมั่นจะเกิดอะไรขึ้น...

มันจะขี้โกรธ ถ้ายึดมั่นถือมั่นจะขี้โมโห ถ้ามันยึดมั่นถือมั่น มันจะหัวดื้อ ๆ แม้ตีให้ตาย มันก็ไม่ยอมๆ ไม่ยอมแพ้ เพราะมันยึดมั่นถือมั่น

อีกทางหนึ่ง มันก็ทำให้ร้องไห้ง่าย อะไรตกแตก ตุ๊กตาตกแตก เด็กเล็กๆ ก็ร้องไห้ อะไรหายมันก็ร้องไห้ หรือว่าสอบไล่ตก มันก็ร้องไห้ ยึดมั่นถือมั่นมาก สอบไล่ตกก็คิดจะไปฆ่าตัวตาย...

๗๘

บ่อเกิดของความเห็นแก่ตัว

แต่ที่ร้ายแรงกว่าสิ่งใดทั้งหมด !

ก็คือมีความยึดมั่นถือมั่น แล้วมันก็จะมีความเห็นแก่ตัว มันมีความรู้สึกว่าเป็นตัวและของตัว แล้วมันก็มีความรู้สึกเห็นแก่ตัว ความรู้สึกนี้เกิดได้ตั้งแต่เด็กเล็กๆ จนเป็นเด็กปานกลาง เด็กวัยรุ่น หรือคนหนุ่มสาว พ่อบ้านแม่เรือน คนแก่คนเฒ่า เกิดความเห็นแก่ตัวแล้ว มันก็ต้องเกิดกิเลสเป็นธรรมดา เกิดความเห็นแก่ตัว เมื่อถูกใจตัวก็เกิดความโลภ ไม่ถูกใจตัวก็เกิดความโกรธ เข้าใจไม่ได้ เกิดความหลง มันก็เกิดได้ ทั้งความโลภ ความโกรธ และความหลง เพราะความเห็นแก่ตัว ซึ่งมาจากความยึดมั่นถือมั่นว่ามีตัวหรือมีของตัว...

๗๙

ผลดีของความไม่ยึดมั่น

เมื่อเด็กๆ ได้รับการอบรมความไม่ยึดมั่นถือมั่นพอสมควร มันจะไม่ร้องไห้ง่าย มันจะไม่โมโหง่าย มันจะไม่หัวดื้อ แล้วมันจะไม่ทำอะไรอีกหลายๆ อย่างที่มาจากความเห็นแก่ตัว เพราะความยึดมั่นถือมั่นนี่แหละ พุทธศาสนาที่มีหลักว่า ความทุกข์เกิดจากความยึดมั่นถือมั่น แต่คนทั่วไปมักจะคิดว่า ความทุกข์มักเกิดมาจากตัณหา

ถ้าได้ยินเพียงเท่านั้น เขาควรจะได้ยินต่อไปให้ครบบริบูรณ์ว่า ตัณหาเป็นเหตุให้เกิดความยึดมั่นถือมั่น ดังพระบาลีว่าตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน ความอยากเกิดขึ้นแล้ว ก็เกิดความรู้สึกว่ามีผู้อยาก คือ เป็นตัวตนของผู้อยาก แล้วก็อยากจะได้มาเป็นของตน ตัณหาต้องให้เกิดอุปาทานก่อน จึงจะเป็นความทุกข์...

๘๐

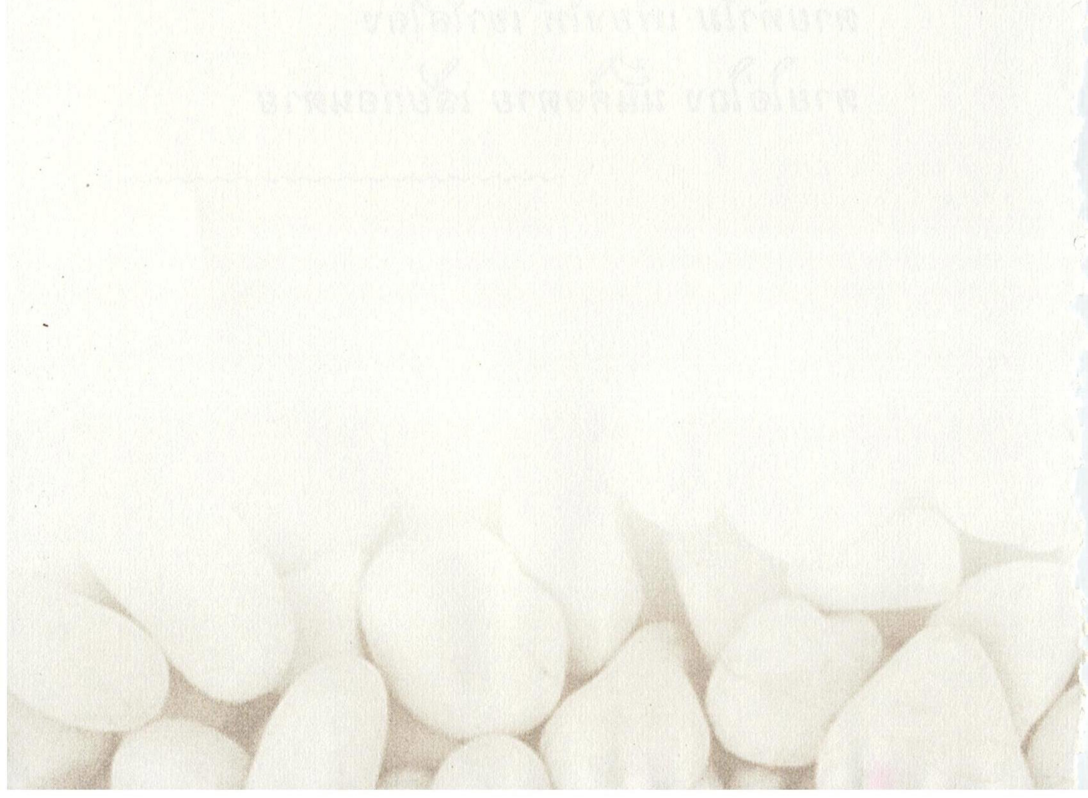
ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น

โดยหลักใหญ่ๆ สรุปทั่วไปแล้ว

ก็มีความยึดมั่นในขันธ์ทั้งห้า ในรูป ในเวทนา ในสัญญา ในสังขาร ในวิญญาณ อย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วมันก็ต้องหนัก คือ มันจะต้องแบกของหนัก ปัญหาต่างๆ มันประดังกันเข้ามา ความทุกข์ย่อมเกิดมาจากความยึดมั่นถือมั่นในลักษณะนี้

ขอให้สำรวจดูให้ดีว่ามีปัญหาอะไรอยู่แล้ว ปัญหานั้นเกิดมาจากความยึดมั่นถือมั่นว่าอะไร ว่าอย่างไร แล้วก็พยายามละความยึดมั่นเหล่านั้นเสีย ความทุกข์ก็จะสลายหายไป ว่างไป การยึดมั่นถือมั่น ไม่ว่าง เพราะมันยึดอยู่ มันปรุงแต่งอยู่ ถ้าไม่ยึดมั่นถือมั่นมันก็ว่าง มันก็จะไม่มีความทุกข์เลย ขอให้ศึกษาเรื่องความยึดมั่นถือมั่นนี้ให้มากเป็นพิเศษ ก็จะแก้ปัญหาต่างๆ ได้

ตายเมื่อตาย ย่อมกลาย ไปเป็นผี
ตายไม่ดี ได้เป็นที่ ผีตายโหง
ตายทำไม เพียงให้ เขาใส่โลง
ตายโอ่โถง นั้นคือตาย เสียก่อนตาย



๘๑

ไม่อยากผิดหวังก็อย่าหวัง

พูดถึงเรื่องความผิดหวังและความไม่ผิดหวัง...

ใครๆ ก็ล้วนต่างไม่ชอบความผิดหวัง ล้วนแต่ชอบความสมหวัง แต่หารู้ไม่ว่า ความสมหวังนั้น มันก็ไม่ใช่อิสรภาพ ไม่ใช่เสรีภาพ มันตกอยู่ใต้อำนาจความบีบคั้นของความสมหวังนั่นเอง ดังนั้น เราจะต้องมีวิธีปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งให้อยู่เหนือปัญหาเหล่านี้ หลักสำคัญนั้นก็มีอยู่แค่ว่า ถ้าไม่อยากผิดหวัง ก็อย่าหวังเท่านั้นเอง อย่าไปคาดหวังอะไร...

๘๒

ใช้สมาทานเป็นหลักในการปฏิบัติ

ให้จำง่ายๆ ก็จะมีคำพูดเป็น ๒ คำขึ้นมา

คือว่า ทำอะไรก็ทำอย่างสมาทาน อย่าทำอย่างอุปาทาน ทำอย่างสมาทานนั้น ทำด้วยสติปัญญา รู้จักผิดชอบชั่วดี มีสติสัมปชัญญะแล้วก็ทำ อย่างนี้เรียกว่าทำอย่างสมาทาน ถ้าทำด้วยความหมายมั่น ด้วยความเครียด โดยปราศจากสติปัญญา ก็เป็นการทำของอวิชชาตัณหา เป็นต้น การกระทำอย่างนั้น เรียกว่าอุปาทาน

เพราะฉะนั้น เราจะต้องทำอะไรด้วยสมาทาน คือ ทำด้วยสติปัญญา รู้สึกผิดชอบชั่วดี ไม่มีความเห็นแก่ตัว เพราะสติปัญญามันคิดว่าถูกต้องแล้ว อย่างนี้เป็นเรื่องถูกต้อง ทำอย่างนี้ แล้วก็ทำไปตามนั้น...ทำไปโดยไม่ต้องหวัง...

๘๓

มีสติปัญญาทำให้ถูกต้อง

แม้จะทำบุญทำทาน ก็ทำอย่างสมาทาน

อย่าทำอย่างอุปาทาน สมาทานศีล มีศีลด้วยการสมาทาน อย่าไปมีศีลด้วยอุปาทาน อยากจะทำดีๆ มันก็มีได้ทั้งสองอย่าง คือ ทำด้วยอวิชชา หรือทำด้วยสติปัญญา ถ้าอวิชชาเข้าครอบงำ มันก็มุ่งจะทำดีตามแบบอวิชชา และมักจะเป็นเรื่องที่ผิดต่อกฎเกณฑ์ของความถูกต้อง เพราะทำไปด้วยอำนาจของความอยาก ด้วยอำนาจของความหวัง เหล่านี้มันเป็นอาการแห่งความทุกข์ มีความหนักอกหนักใจอยู่ตลอดเวลานับแต่ลงมือคิด หากทำด้วยสติปัญญาอันแจ่มใส สดชื่น เยือกเย็น มันก็มีความคิดดี มีการกระทำดี แม้ว่ากระทำผิดพลาดไป มันก็ไม่เป็นทุกข์ เพราะไม่ได้ยึดมั่นถือมั่น มันจะได้ความรู้ อ้อ...ทำอย่างนี้มันผิด เราก็รู้ว่ามันผิด ก็ได้สติปัญญาในเรื่องฝ่ายคิด ก็เลยไม่ต้องทำผิดอีกต่อไป...

๘๔

มีสติปัญญา ไม่มีทางขาดทุน

นี่เรียกว่า ถ้าทำอะไรด้วยสติปัญญา ไม่มีทางขาดทุน

ไม่ว่าเรื่องนั้นจะสำเร็จประโยชน์หรือไม่สำเร็จประโยชน์ตามที่ตัวต้องการ อยากทำดีด้วยอวิชชา มันก็ได้ดีด้วยอวิชชา อยากทำดีด้วยสติปัญญา มันก็ได้ดีด้วยสติปัญญา มันต่างกันลิบลับ

ทำด้วยสติปัญญา ก็คือไม่เกิดความทุกข์ขึ้นมา ไม่เกิดความดิ้นรนทะเยอทะยานเร่าร้อนกระวนกระวาย แต่อุปาทาน ทำด้วยความหวัง ทำแล้วมันครุ่นเครียด นี่มันต่างกันตั้งแต่ต้น ให้เกิดความรู้สึกที่เป็นเครื่องสังเกตได้อย่างดีทีเดียว ว่าทำอย่างไรเป็นการทำด้วยความหวัง ทำอย่างไรเป็นการทำด้วยสติปัญญา...

๘๕

ผู้มีปัญญาย่อมไม่หวัง

ถ้าสติปัญญามีจริง มันไม่หวัง...

เพราะว่าความหวังไม่ใช่เรื่องถูกต้อง มันเป็นเรื่องที่จะหวังเอาตามความต้องการไม่ได้ มันต้องทำให้ถูกต้องตามเหตุผลของธรรมชาติ ซึ่งเป็นเรื่องของสติปัญญา

อย่าปล่อยจิตใจให้เป็นไปตามอำนาจของความหวัง มันจะผิดหวังตั้งแต่วินาทีแรกที่หวัง แล้วก็ผิดไปเรื่อยๆ แม้สมหวังก็ยังผิด ยังหลงใหลในเรื่องของความหวัง ซึ่งไม่ใช่เรื่องของสติปัญญา และไม่เป็นทางสว่างแจ่มแจ้งไปในทางของ มรรค ผล นิพพาน...

๘๖

กุศลอันเลิศยิ่งนัก

เพราะฉะนั้นการควบคุมให้ทำอะไรๆ อย่างถูกต้อง

ไม่ให้เรื่องของอวิชชาเข้ามาเกี่ยวข้องได้ นั่นแหละเป็นกุศลอันเลิศยิ่งนัก คือ จะไม่เกิดความผิดหวัง แม้ในกรณีใดๆ อะไรจะเป็นอย่างไรก็ไม่สามารถทำให้เกิดความรู้สึกผิดหวัง เพราะว่ามันทำด้วยสติปัญญา

มันรู้แจ้งอยู่ว่า อย่างนี้ถูกต้อง อย่างนี้ไม่ถูกต้อง หรือว่ามันมีเหตุอื่นมาแทรกแซง เช่น ธรรมชาติบันดาลให้เกิดความวิปริตผิดแปลกออกไปจากที่ควรจะเป็น สติปัญญามันก็รู้เช่นนี้เอง เป็นเช่นนี้เอง....

๘๗

สติปัญญาป้องกันทุกข์ได้

สติปัญญามันไม่เคยหวัง และไม่เคยผิดหวัง

ถ้าอะไรผิดไปจากที่หวัง มันก็เป็นเรื่องเช่นนั้นเอง เป็นของธรรมชาติ เช่น เราทำนาฝนแล้ง ข้าวตายหมด ถ้าทำด้วยความหวัง มันก็จะทุกข์ ร้อนใจเกือบตาย ถ้าเขาทำด้วยสติปัญญารู้เรื่องธรรมชาติ รู้เรื่องกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ไม่ได้ทำไปด้วยความหวัง มันก็ไม่เป็นไร มันก็หัวเราะเยาะได้ว่ามันเป็นเช่นนี้เอง

เกิดมาเป็นมนุษย์ มีสติปัญญา ต้องใช้สติปัญญาสำหรับจะป้องกันการเกิดขึ้นแห่งความทุกข์ อันเกิดขึ้นมาจากความผิดหวังเป็นต้น

๘๘

เดินตามรอยพระพุทธเจ้า

เดี๋ยวนี้เราก็มีชีวิตชนิดที่ไม่เคยผิดหวัง

เพราะเราไม่หวัง เพราะว่าเราไม่เคยหวังอะไร แล้วมันจะผิดหวังได้อย่างไร

มีชีวิตหนึ่งที่ไม่เคยประสบกับความผิดหวัง แล้วก็จะสบายสักเท่าไร ก็ลองคำนวณดูเอาเอง

หวังว่าจะรู้จักดำเนินชีวิตที่เป็นเรื่องของสติปัญญา อย่าให้เป็นชีวิตชนิดที่เป็นไปด้วยอำนาจของอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ให้ยิ่งๆ ขึ้นไป นั่นแหละคือการเดินตามรอยพระพุทธเจ้าไปสู่ความดับทุกข์ มีแต่ความไม่ทุกข์ ไม่ทุกข์ๆ อยู่ตลอดเวลา...

ปณิธานของธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม

สำนักพิมพ์ธรรมสภาก่อตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๓๐ มีปณิธานในการเผยแพร่พระพุทธศาสนาตามเจตนารมณ์ของท่านเจ้าคุณพระสุธรรมเมธี (นายบันลือ สุขธรรม ป.ธ.๘) อดีตเจ้าคณะจังหวัดอุตรดิตถ์ ผู้ก่อสร้างธรรมสภา อันเป็นธรรมสภาแห่งแรกของประเทศไทย สมัย จอมพล ป. พิบูลสงคราม เป็นนายกรัฐมนตรี ได้รับพระมหากรุณาธิคุณจาก สมเด็จพระนางเจ้ารำไพพรรณี พระบรมราชินีในรัชกาลที่ ๗ ทรงปิดทองลูกนิมิตเอก ในวันที่ ๓ พฤศจิกายน ๒๔๙๒

สืบเนื่องตามกาลเวลา ในยุคก่อนปีพุทธศักราช ๒๕๓๐ หนังสือธรรมะที่ได้จัดพิมพ์จำหน่ายในท้องตลาด ส่วนมากมีเนื้อหาสาระและมีคุณค่าเป็นอย่างมาก แต่ไม่มีผู้คนสนใจเท่าที่ควร เป็นเพราะรูปเล่มส่วนใหญ่ไม่มีความสวยงาม ไม่มีคุณสมบัติที่จะดึงดูดประชาชนให้สนใจหนังสือธรรมะ ทำให้ในอดีตหนังสือธรรมะไม่ได้รับความนิยมเป็นที่แพร่หลาย

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม ได้ตั้งปณิธานภายใน ๑๐ ปี จะต้องเปลี่ยนวัฒนธรรมการเผยแพร่หนังสือธรรมะให้มีรูปแบบสวยงาม น่าจับต้อง เป็นที่สนใจของประชาชน และจะทำให้หนังสือธรรมะขึ้นชั้นโชว์ตามร้านหนังสือชั้นนำ ติดอันดับ Best Seller เหมือนหนังสือชนิดอื่นทั่ว ๆ ไปที่วางจำหน่ายอยู่ จึงได้พัฒนารูปแบบปกและรูปเล่มให้มีความน่าสนใจอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลาถึง ๑๐ ปี และตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๔๐ เป็นต้นไป ทำให้ประชาชนเปลี่ยนวัฒนธรรมการอ่านมาสนใจหนังสือธรรมะเพิ่มมากขึ้น ธรรมสภามีความภูมิใจที่ได้นำเสนอและพัฒนาการอ่านหนังสือธรรมะของประชาชน ดังที่ท่านจะเห็นได้ในปัจจุบัน

ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๔๐ ที่ผ่านมา ธรรมสภาได้ตั้งปณิธานให้หนังสือธรรมะเป็นหนังสือที่มีคุณภาพดี และราคาถูก จะพัฒนาหนังสือและสื่อธรรมะให้ประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า **"หนังสือธรรมะ ทั้งสวยทั้งดี มีคุณภาพ และราคาเหมาะสม"**

ในปีพุทธศักราช ๒๕๕๐ เป็นต้นไป เป้าหมายของสำนักพิมพ์ธรรมสภา และสถาบันบันลือธรรม คือการเผยแพร่ธรรมะที่ส่งเสริมให้ประชาชน ลด ละ เลิก อบายมุข และสิ่งเสพติดทั้งหลาย เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามและการนำมาซึ่งความสุขของมนุษยชาติ

ธรรมสภาได้ตั้งปณิธานไว้ว่า ในปีพุทธศักราช ๒๕๖๐ ประชาชนชาวไทยจักมีอิสระปราศจากความงมงาย ปราศจากสิ่งเหลวไหล และจะส่งเสริมให้อบายมุขหมดไปจากประเทศไทยซึ่งอาจจะเป็นไปไม่ได้ แต่ขอให้ลดลง ๆ เรื่อย ๆ รวมถึงการสนับสนุนให้ประชาชนมีศีลธรรม มีวัฒนธรรมของชาวพุทธ และมีความปีติในการปฏิบัติธรรม เพื่อความสุขของชีวิต และเพื่อความสุขของสังคมโดยทั่วกัน

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข

กิจกรรมของธรรมสภา•สถาบันบันลือธรรม • สวนมุทิตาธรรมาราม



ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนาแห่งแรกของประเทศไทย ที่จัดให้มีการแสดงธรรมทุกสัปดาห์ โดยมีพระเถรานุเถระเมตตา มาแสดงธรรมแก่พุทธศาสนิกชน ทุกวันเสาร์ เวลา ๑๕.๐๐น.-๑๗.๐๐น. ขอเชิญสอบถามองค์บรรยายธรรมได้ที่ ๐๘๖-๐๐๓-๕๔๗๘



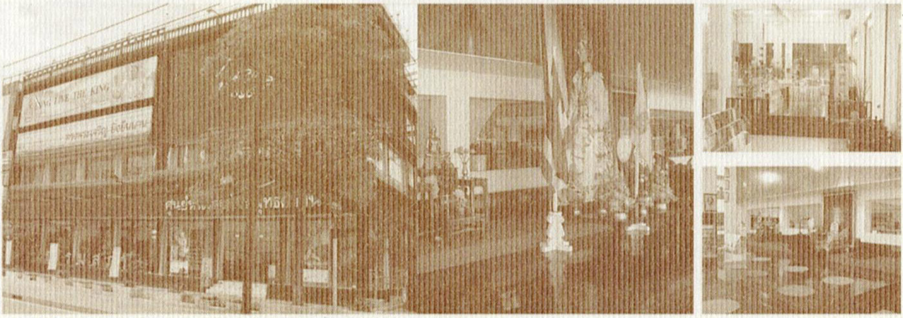


ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมทุกวันพุธต้นเดือน เวลา ๘.๐๐-๑๗.๐๐ น. สมัครได้ที่ธรรมสถานสวนมุทิตาธรรมาราม ๐๘๖-๐๐๓-๕๔๗๘

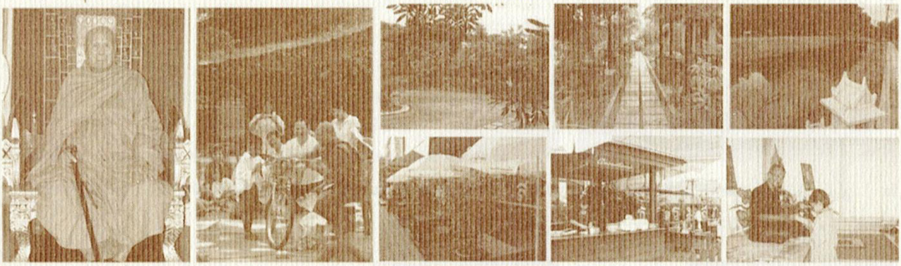
การเผยแพร่ธรรมะของธรรมสภา และ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนาในปัจจุบัน



สำนักพิมพ์ธรรมสภา จัดงานสัปดาห์หนังสือแห่งชาติและงานมหกรรมหนังสือแห่งประเทศไทย ตั้งแต่ปี ๒๕๓๐-ปัจจุบัน



ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย เผยแพร่หนังสือและสื่อธรรมของธรรมสภาสำนักพิมพ์และสำนักปฏิบัติธรรมทั่วประเทศ
ตั้งอยู่ที่ ๑/๔-๑๒ ถ.บรมราชชนนี แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา กทม. ๑๐๑๗๐ โทร.๐๒-๔๔๑-๑๙๑๗, ๐๒-๔๔๑-๑๕๓๕
เปิดบริการทุกวัน ๙.๐๐ - ๑๘.๐๐ น. หรือสั่งซื้อหนังสือได้ที่ **www.thammasapa.com**



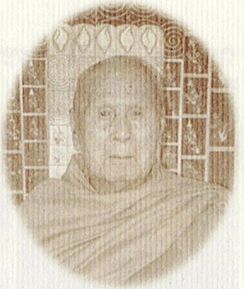
โครงการอยู่กันด้วยความรัก-เรือนทานวันพระ-หอสมุดธรรมสมาธิ
ของสถาบันบันลือธรรม โดยมีพระพรหมมังคลาจารย์หลวงพ่อปัญญานันทะ เป็นประธานสถาบันบันลือธรรม



จัดกิจกรรมอบรมเยาวชนภายใต้โครงการศีลธรรมของยุวชนคือสันติภาพของโลกงานวันเด็กแห่งชาติและช่วยเหลือผู้ยากไร้ ผู้ประสบภัยภิบัติต่างๆ

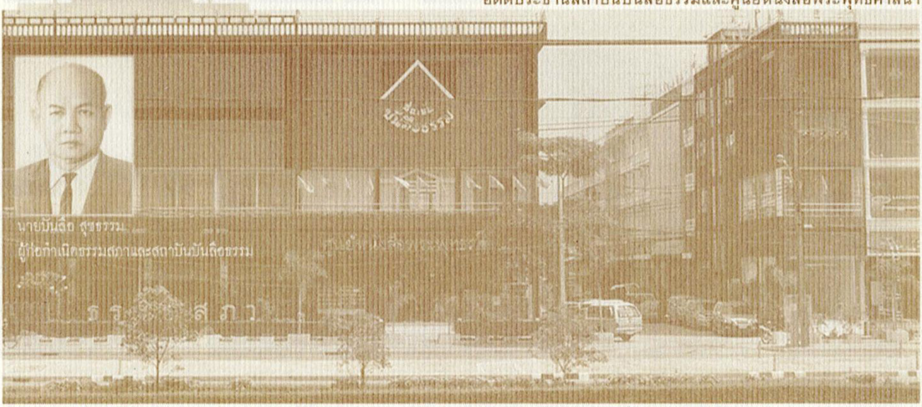
ธรรมสภากับการเผยแพร่ธรรมะของ

ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา



พระพรหมมังคลาจารย์
หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ
อดีตประธานสถาบันบันลือธรรมและศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา

ธรรมสภา ก่อกำเนิดโดย นายบันลือ สุขธรรม อดีตพระสุธรรมเมธี (ป.ธ.๘) เจ้าคณะจังหวัดอุตรดิตถ์ ณ วัดธรรมาธิปไตยอ.เมือง จ.อุตรดิตถ์ ในปี พ.ศ. ๒๔๙๓ ดำเนินการเผยแพร่ธรรมะและขยายการเผยแพร่ธรรมโดย ทายาทผู้ให้กำเนิดธรรมสภา ตั้งแต่ปี ๒๕๓๐ โดยมีสำนักงานใหญ่ตั้งอยู่ที่ ถ.บรมราชชนนี ๑๑๙ กทม. ๑๐๑๗๐ และได้ขยายการเผยแพร่ โดยก่อสร้าง**ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา** เพิ่มมากยิ่งขึ้น **ธรรมสภาได้สร้าง และถวายแก่วัด - สำนักปฏิบัติธรรมดังนี้.....**



นายบันลือ สุขธรรม
ผู้ก่อกำเนิดธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม

๑. *ธรรมสภา* **ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา** ถ.บรมราชชนนี ๑๑๙ กทม. โทร. ๐๒-๔๔๑-๑๕๓๕, ๐๘๐-๐๘๕๖๘๙๙





พระเดชพระคุณพระครูปลัด สุวัฒนพรหมคุณ
รองเจ้าอาวาสวัดญาณเวศกวัน
แสดงธรรมในพิธีเปิดศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ไตรลักษณ์

๒. *ไตรลักษณ์* **ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ริมกำแพงวัดญาณเวศกวัน จ.นครปฐม** โทร.๐๒-๔๘๒-๗๓๕๘





พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล
แสดงธรรมในวันเปิดศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ไตรปิฎก

๓. *ไตรปิฎก* **ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนากลางเมือง** ถนนอรุณอัมรินทร์ กทม. โทร. ๐๒-๘๘๖-๐๘๘๐





พระครูสุวรรณชินวัฒน์ เจ้าอาวาสฯ
ประธานศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา อนัตตา

๔. *อนัตตา* **ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนาวัดไผ่โรงวัว จ.สุพรรณบุรี** โทร. ๐๘๙-๑๑๐-๑๖๔๕

ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา วัดพระนอนจักรสีห์วรวิหาร จ.สิงห์บุรี



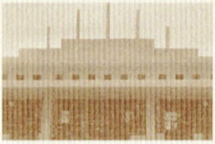






พระเทพปริยัติสุธี พระเดชพระคุณท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระมหารัชมังคลาจารย์

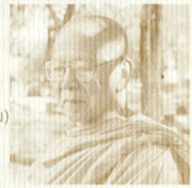
๕. อริยสัจจ์ ประธานศูนย์หนังสือ วัดพระนอนจักรสีห์ เมตตาเป็นประธานในพิธีเปิดศูนย์หนังสือ อริยสัจจ์ ในวันที่ ๕ ก.ย.๕๓




พระราชธรรมนิเทศ • พระอาจารย์พยอม กัลยาโณ เจ้าอาวาสฯ

ประธานศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ตถตา

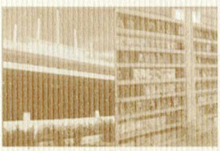
๖. ตถตา ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา วัดสวนแก้ว จ.นนทบุรี โทร ๐๒ - ๙๒๑ - ๕๖๐๒-๔

พระเดชพระคุณพระภาวนาโพธิคุณ (ท่านอาจารย์โพธิ์ สวนโมกขพลาราม)

เมตตามาแสดงธรรม ณ. สวนมุทิตาธรรมาราม โทร. ๐๘๗-๙๐๘๑๑๙๘

๗. ธัมมสากัจฉ์ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา สวนมุทิตาธรรมาราม ติดกับพุทธมณฑล




พระปัญญานันทมุนี เจ้าอาวาสฯ

ประธานศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ปัญญานันทะ

๘. ปัญญานันทะ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา วัดปัญญานันทาราม จ.ปทุมธานี โทร. ๐๒ - ๙๐๔ - ๖๑๐๑




พระอาจารย์ดุษฎี เมธงฺกุโร เจ้าอาวาสฯ

ประธานศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา อตัมมยตา

๙. อตัมมยตา ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา วัดทุ่งไผ่ จ.ชุมพร โทร. ๐๘๑ - ๘๓๙ - ๐๓๓๕




พระเดชพระคุณพระครูสุคันธศีล เจ้าอาวาสฯ

ประธานศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา พุทธธรรม

๑๐. พุทธธรรม ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา วัดอุโมงค์ (สวนพุทธธรรม) จ. เชียงใหม่ โทร. ๐๘๙ - ๗๕๗ - ๒๗๘๖




พระครูสิริสุตวิมล เจ้าอาวาสวัดมงคลโกวิทาราม

ประธานศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา มงคลธรรม

๑๑. มงคลธรรม ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา วัดมงคลโกวิทาราม จ.อุบลราชธานี โทร. ๐๘๑ - ๔๓๑ - ๙๕๘๓

สถาบันบันลือธรรม เป็นองค์กรเอกชนที่ก่อตั้งขึ้น เพื่อสืบทอดและเผยแพร่พระพุทธศาสนา สานต่อเจตนารมณ์**หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ** สวนโมกขพลาราม **หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ** องค์ประธานสถาบันบันลือธรรม และ **ท่านเจ้าคุณพระสุธรรมเมธี** ป.ธ. ๘ (นายบันลือ สุขธรรม) ผู้ให้กำเนิดธรรมสภา สถาบันบันลือธรรม และ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา

กิจกรรมของสถาบันบันลือธรรม **สื่อสารข้อมูลได้ที่** www.facebook.com/thammasapa

๑. โครงการ **พบพระ พบธรรม** พระเถระแสดงธรรม ณ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ทุกวันเสาร์ เวลา ๑๕.๐๐-๑๗.๐๐ น. สอบถามองค์บรรยายธรรมที่ ๐๘๖-๐๐๓๕๔๗๘

๒. โครงการ **อยู่กันด้วยความรัก** จัดกิจกรรมเพื่อสาธารณกุศล ช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติและช่วยเหลือชุมชนในถิ่นทุรกันดาร จัดกิจกรรมวันเด็กแห่งชาติทุกปี โทร. ๐๘๖-๐๐๓๕๔๗๘

๓. ธรรมสถาน **"สวนมุทิตาธรรมาราม"** อบรมการเรียนรู้ชีวิตตามธรรมใน ๑ วัน ทุกวันเสาร์ต้นเดือน เวลา ๐๘.๐๐-๑๖.๐๐ น. สอบถามองค์แสดงธรรมและเข้าร่วมกิจกรรมที่ โทร. ๐๘๖-๐๐๓๕๔๗๘

๔. กองทุน **"คลังธรรมทาน"** บริจาคหนังสือเป็นสาธารณกุศล เพื่อประโยชน์แก่สาธารณชน โดยแจ้งความจำนงเป็น**จดหมายขอรับบริจาค**ได้ที่ธรรมสภา และสถาบันบันลือธรรม

๕. **หอสมุดธรรมสมาธิ** ห้องสมุดธรรมะและนั่งสมาธิภาวนา พร้อมกับฟังธรรมะในสวนใต้ร่มเงาไม้ตามธรรมชาติ สถานที่รื่นรมย์ ติดกับพุทธมณฑล เปิดบริการ ตั้งแต่เวลา ๐๙.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอบถามข้อมูล โทร ๐๒-๔๘๒-๑๑๙๖, ๐๘๗-๙๐๘๑๑๙๘

๖. **เรือนทาน วันพระ** ขอเชิญ**รับประทานอาหารฟรี** ตั้งแต่เวลา ๐๗.๐๐-๑๓.๐๐ น. ทุกวันพระ ณ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ถ. บรมราชชนนี ๑๑๙ กทม. ๑๐๑๗๐ โทร ๐๘๑-๗๓๕-๑๗๖๖

๗. **โครงการสร้างศูนย์เผยแพร่หนังสือและสื่อธรรมะทางพระพุทธศาสนาเพื่อถวายวัด** สถาบันบันลือธรรม มีปณิธานที่จักจัดสร้าง**ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา**ทั่วประเทศ เพื่อการเผยแพร่ธรรมะแก่ประชาชนอย่างแพร่หลาย และเพื่อความมั่นคงยั่งยืนของพระพุทธศาสนา

การพิมพ์หนังสือธรรมเป็นอนุสรณ์ นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งซึ่งมีประโยชน์ ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว ยังเป็นการบำเพ็ญธรรมทานที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ ชื่อว่าได้มีส่วนร่วมในการเผยแพร่ธรรม อันจะอำนวยประโยชน์ที่แท้จริงแก่ประชาชน

ท่านที่ประสงค์จัดพิมพ์หนังสือธรรมะที่ดีมีคุณภาพ เพื่อมอบเป็นที่ระลึกในทุกโอกาสของงานประเพณี อันเป็นการใช้จ่ายเงินอย่างมีคุณค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด โปรดติดต่อที่...ธรรมสภา เลขที่ ๑/๔-๕ ถนนบรมราชชนนี ๑๑๙ แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา กทม. ๑๐๑๗๐ โทร. ๐๒-๘๘๘-๗๙๔๐, ๐๘๙-๒๑๐๕๑๓๓ โทรสาร. ๐๒-๔๔๑-๑๔๖๔ www.thammasapa.com



ตายก่อน ก่อนตาย

ชีวิตที่ชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย

คนเกิดก็ต้องมีความทุกข์ไปตามแบบของคนเกิด
คนตายก็มีความทุกข์ไปตามแบบของคนตาย
ต่อเมื่อไม่รู้สึกว่าเกิด ไม่รู้สึกว่าตาย
คือว่างนั้นแหละ จึงจะไม่มีความทุกข์เลย

หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ

ISBN : 978-616-03-0552-0
9 786160 305520

ธรรมสภา

สื่อสารข้อมูลที่.....
www.thammasapa.com mobile : 089-210-5133

ขอกราบขอบพระคุณแด่ทุกท่านที่สนับสนุน และสมทบการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มนี้
โปรดช่วยอุปถัมภ์ค่าจัดพิมพ์เพื่อการเผยแผ่ธรรมะ ราคาจำนวนเล่มละ ๕๐ บาท

ตายก่อน ก่อนตาย ชีวิตที่ชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย
หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ